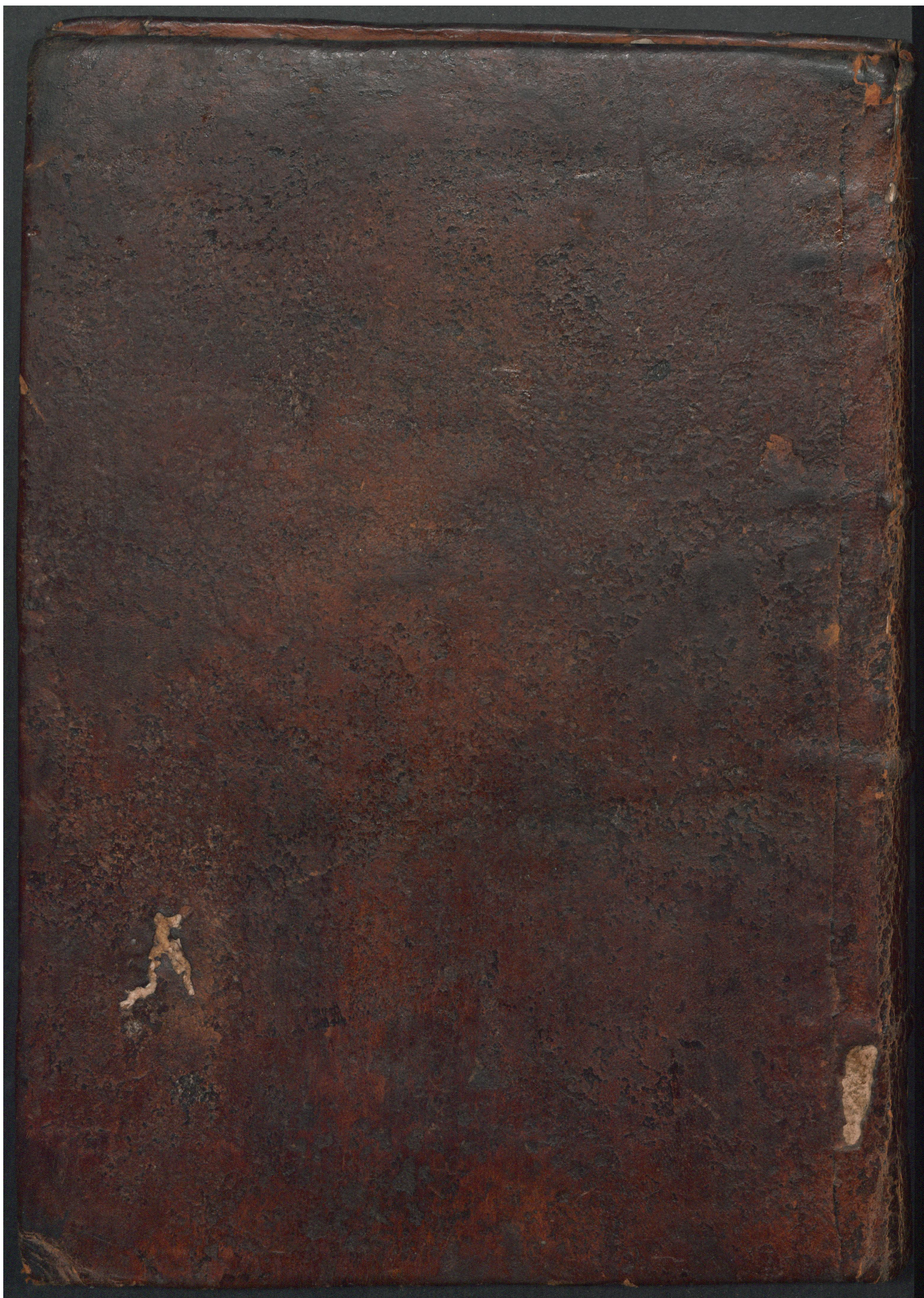



2









Tome II

2512

A XVIII C

Ex libris cypriani martin D. med.
Ex libris Renati martin d. m.
ex Libris cypriani martin d. m. 1732

Tome II

GALENI OPERVM
TOMVS SECVNDVS
SCRIPTORVM EIVS OMNIVM CLASSEM SECVNDAM CONTINENS,

quæ totius artis partem minimè postre/mam complectitur.

LIBRORVM CATALOGVM VERSA PAGINA DOCEBIT.



BASILEAE, M D XLII

IN HAC SECVNDA CLASSE HAEC CONTINENTVR.

HIPPOCRATIS DE AERE
AQVIS ET LOCIS LIBELLVS
IANO CORNARIO INTERPRETE.
GALENI COMMENTARIA DESIDERANTVR.

QVicunq; artem medicã integre adsequi uelit, primũ quidem temporũ anni rationem habere debet, quantũ potentia quodlibet eorũ ualeat: nõ enim simile quicq; in illis existit: uerũ differunt inuicẽ propter uarias quæ in eis fiunt mutationes. Deinde uentorũ calidorumq; & frigidorũ, maxime qui ex his omnibus hõibus sunt cõmunes, & mox qui in unaquaq; regione sunt indigenæ & proprij. Neq; uero negligentiorẽ se circa aquarũ facultates cognoscẽdas exhibere cõuenit. Queadmodũ enim gustu differunt, & pondere ac statione, sic quoq; uirtute aliæ alijs longe præstant. Quare si quis ad urbem sibi incognitam perueniat, circumspicere oportet eius situm, quo modo scilicet ad uentos, & solis exortum iaceat: non enim æquales uires sunt, ad Septentrionẽ sitæ, & uergentis ad Austrũ, neq; eius quæ solem exorientẽ, & quæ eundem occidentẽ spectat. Hęc itaq; diligenter oportet perscrutari, ac simul quo modo habeãt circa eam aquę: númne palustribus utantur et mollibus, aut duris & ex sublimi loco prolabẽtibus & scaturientibus ex petris, siue salsis, marinis & crudis. Terra etiã consideranda, nudáne sit & aquis carens, aut densa & aquosa, & an cõcaua sit & ęstuosa, uel alta & frigida. Hominũ insuper dięta perquirenda, qua maxime capiantur: an bibuli sint & lurcones & ocio dediti, aut exercitijs uarijs utentes, & tolerantes laborum, ciborumq; plus adpetentes q̃ poculorum. Ex his enim singula sunt inuestiganda. Nam qui hæc omnia probe, quantum fieri potest, cognouerit, aut horum plurima, eum non latere possunt cum in urbem etiam ignotã sibi peruenerit, neq; morbi regioni peculiares & patrij, neq; cõmunis regionis natura, quæcunq; tandem ea fuerit, ut non possit in cognoscendis morbis dubius hęrere, aut errare sicubi ad morborũ medicationẽ adhibeatur. Quę ambo illis euenire solent, qui nõ prius prouidi hæc diligenter cognouerũt. Quare qui ea studiose rimatus fuerit, uniuscuiusq; temporis, ac anni futuri cõstitutionem prędicere poterit, qui uidelicet morbi cõmuni adfectione ciuitatem sint inuasuri tum æstate, tum hyeme, & quæcunq; pericula unicuiq; sint timenda ex diætæ ac uictus immutatione: cum enim temporũ mutationes, & astrorũ ortus ac occasus obseruauerit, quemadmodum singula horum eueniant, prænoscet utiq; & de anno, qualis sit futurus. hoc nanq; modo siquis rimatus fuerit ac præcognouerit temporum occasiones, maxime de singulis sciet, ut plurimumq; sanitatem adsequetur, & recta uia procedet, non minima artis suæ gloria. Quòd sicui hęc sublimiora uideãtur, & ab hac sentẽtia dissideat, is nouerit non minimã partem conferre ad rem medicã ipsam Astronomiam, sed omnino plurimã. cum unà cum temporibus & uentriculi in hominibus mutẽtur. Quomodo aũt singula quæ diximus scrutari ac explorare oporteat, deinceps dicã manifeste. Quæcunq; quidẽ ciuitas ad uentos sita est calidos, puto aũt eos qui inter brumalem solis exortũ itidemq; occasum perflant, huic hi uenti sunt peculiares. A septentrionalibus autem uentis tuta ac protecta ea ciuitas existit. Aquæ uero eius multæ & subsalsæ sunt, & necessario non sublimes, æstate quidem calidæ, hyeme frigidæ. † Et intestinorum leuitates & aqua intercus ferè reliquis morbis desinentibus superueniunt, cum non queant facile uentriculi à concepta humiditate exiccari. Si autem æstas pluuiosa sit & austro multum perfletur, similisq; sequatur autumnus, necesse est hyemẽ morbidam esse, & ijs qui pituita abundãt, & qui quadragesimũ annũ excesserunt, febres ardentes fieri uerisimile est: qui uero bile abundant, costarum abscessus & pulmonis. Si uero æstas sicca existat, & austro perfletur, sequens uero autumnus pluuiosus, uentis septentrionalibus uigentibus capitis dolores ad hyemem expectare cõuenit, & cerebri cõcussiones, ampliusq; raucedines, grauedines, & tusses, aliquibus etiam tabes. Quòd si Borealis sit æstas ac sicca, neq; sub caniculã, neq; sub Arcturi occasum pluuiosa, cõfert pituitosis natura, & maxime qui natura sunt humida, & mulieribus. Biliosis autem infestissimum hoc tempus existit. Valde enim exiccantur, accidùntq; eis lippitudines aridę, & febres acutæ, ac diuturnæ, & bilis atra. siquidem quod liquidissimum & aquosissimum in bile est consumitur, densissimum uero & acerrimum relinquitur: quod idem accidit secundum eandem rationem & circa sanguinem, unde repentini hi morbi his accidunt: pituitosis aũt hęc omnia cõmoda sunt. Exiccantur

Hic quædam desunt.

enim & in hyemem perducūtur, ab alijs in alia reficcati. Si uero hyems Borealis sit & sicca, uer autem austrinū & pluuiosum, æstate lippitudines fient fortes, pueris & mulieribus febres. Hęc igitur si quis mente concipiet & considerabit, is præcognoscet plurima omnino quæ ex huiusmodi mutationibus sint futura, Maxime aūt obseruare oportet magnas temporū mutationes, ut neq; medicinas in illis li bentes exhibeamus, neq; uramus quæ circa uentrē: neq; secemus, prius q̄ pręteteant dies decē aut plures, & non pauciores. Periculosissima sunt etiam ambo solstitia, maxime uero æstiuū. Periculosum etiam æquinoctiū utrunq;, magis uero autumnale. Oportet aūt & astrorum exortus cōsiderare, præcipue Canis, deinde Arcturi, & Pleiadum occasum. Morbi enim in his maxime diebus iudicantur, alijq; perimunt, alij uero desinunt, aut in aliam speciem, aliumq; statum transmutantur. Et circa hæc quidem sicut dixi habet, Volo autem & de Asia & Europa demonstrare, quantum differant inter se per omnia, & de gentium formis quid distent, & nihil inuicem simile habeant. Verum de omnibus si quis dicere uelit, in immensum excresceret sermo: quare de maximis, & plurimum differentibus diuersitatibus dicam, quantū saltem mihi in ea re est cōpertum. Ac dico quidem plurimum differre Asiam ab Europa secūdum naturas omnium ex terra nascentium, itemq; hominum. Longe enim pulchriora & maiora omnia nascuntur in Asia. Estq; regio ipsa, hac nostra multo mansuetior, sunt etiam hominum gentes benigniores & cultiores. Causa uero horum est temporum anni temperata mistura. Siquidem in medio solis exortu sita est ad auroram, à frigiditate omni remota. Incrementum aūt & benignitatem inde proficisci omnibus in confesso est, cum nihil sit præcellens & cogēs uiolenter, sed per omnia æqualitas uigeat, quanq; non habeant ubiq; per omnem Asiam omnia secundum eundem modum. Quæcunq; enim in ea regio in medio sita est calidiq; & frigidi, ea omniū fertilissima existit, & arboribus refertissima, & maxime serena, aquisq; utitur & cœlestibus & ex terra promanantibus. Neq; etiam à calore combusta est ualde, neq; à squalore & aquarum inopia exiccatur, neque à frigore oblæditur. Verum austris perflatur, & irrigua est, tum propter imbres multos, tum propter niues. Fructus autem suo tempore maturos, multos in ea nasci par est, siue ex sparsis seminibus hi proueniant, siue terra ipsa per se sponte producat eorum plantas. quarum fructibus utuntur homines, eas ex aggrestibus cicures & domesticas facientes, & pro cōmoditate sua transplantantes. Pecora etiam ipsa pleniora proueniunt, quæ & pariunt sæpius, & pulcherrime educantur. Quin & homines habitiores esse, ac specie pulcherrimos, & magnitudinis eximię, minimeq; differētes quantum ad formā ac corporum proceritatē attinet, constat. Certumq; est hanc regionē proxime accedere ad naturam ac temperaturā optimę cōstitutionis, uerum uirilitatē, laboris tolerantiā, ac audaciā non uerisimile est huic naturæ innasci, Sicut neq; eiusdē neq; diuersi generis cōstantes ac perpetui sunt amatores. Vincit em̄ in ipsis uoluptas, quę ratio est multiformes generari partus, præcipue in feris. Atq; sic quidē de Aegyptijs ac Libycis mihi habere uidetur. De ijs uero qui ad dextrā hyberni ortus solis usq; ad Męotidē paludē habitant (Hic est em̄ Europę & Asiæ terminus) sic habet. Multo maior diuersitas est inter illas ipsas gentes, q̄ de quibus iam dixi, cū propter uarias temporū mutationes, tum ob regionis naturā, Habet aūt eodem planè modo, quemadmodū & circa aliorū hominū terras accidit. Vbi enim tēpora magnas mutationes faciūt & frequentissimas, illic & regio agrestis & maxime inæqualis existit, inueniasq; & montes plurimos & densos, itēq; campos, & prata, Vbi autem ualde uariant tempora, illic ęqualissima regio est, quod idem & de hominibus ipsis est intelligendū. Siquis enim recte consideret, uidebit quorūdam naturā, montanis, syluosis ac asperis locis similem esse, aliorum uero aquosa ac exilia loca referre: sicut quidam pratorū ac paludum naturā prę se ferunt, atq; alij quorum planitiebus nudisq; ac siccis terris constitutio similis existit. Tempora enim quæ formarum naturam uariant, sunt diuersa: cum ergo inter sese sint maxime diuersa, uarias & multiplices formas producunt. Porrò quæ parum inter se differunt gentes relinquam, Quæ autem plurimum non natura solum, sed & legibus discrepant, de illis referā quomodo habeant, Ac primū omniū de Macrocephalis, cum nulla omnino alia gens sit, quæ similia capita habeat. A principio quidem consuetudo in causa fuit, ut tam longis capitibus essent. Nunc autem natura ipsa cum consuetudine conspirauit, Siquidem generosissimum apud eos putatur caput habere quammaxime longum: cōsuetudinis autem hoc initium fuit. Cum recens infans natus est, caput eius adhuc tenerum ac molle existens quàmcelerrime constringunt manibus, coaptantesq; cogunt in longitudinē augeri, quin & uinculis

connectunt

connectunt,ac aptis instrumentis colligant,quo rotunditas capitis prohibeatur, ac longitudo augeatur. Ea consuetudo tantum effecit ut eiusmodi natura capitum existeret. Temporis uero progressu natura quoque tales produxit,ut non esset necesse cõsuetudine priore cogere. Cum em̃ semen genitale ab omnibus corporis membris procedat,à sanis quidem sanum,à morbidis morbosum, fiatque ut ex caluis calui gignantur,ex cæsiis cæsij,& ut plurimũ distortus distortum generet, eademque ratio sit circa reliquas formas, quid prohiberet ut non ex Macrocephalis Macrocephali gignerẽtur? Nunc aũt non nascuntur ita magnis capitibus quemadmodum prius,cum consuetudo non amplius duret, per incuriam hominum intercepta.Et de his quidem hæc sufficiant. De illis aũt qui Phasim accolunt adijciam.Regio eorum palustris est,calida,aquosa & densa:imbresque in eam decidunt omnibus temporibus & magni & impetuosi.Homines uero ipsi uitam agunt in paludibus:domosque ligneas & ex arundinibus in ipsis aquis habent extructas:neque multum inde prodeunt,ut adeant uel emporia uel urbes, Verum nauiculis ex uno ligno fabrefactis permeant sursum ac deorsum: habent enim fossas ac ductus aquarum plurimos.Bibunt aũt aquas calidas & stagnantes,quæ & à sole sunt putrefactæ, & ab imbrium casu auctæ. Ipseque fluuius Phasis omnium fluuiorum stagnantissimus est, & qui lentissimo cursu profluat.Fructus aũt qui illic nascuntur omnes insalubres sunt,euirati imperfectique præ multitudine aquarum,neque unquam maturescunt. Atque cum multus aer cum aquis regionem occupet,ob hanc ipsam causam,quod ad formam adtinet,Phasiani sunt à reliquis hominibus longe diuersi. Sunt em̃ magnitudine ingenti,ac corpulentia ualde excellenti,neque iuncturæ eorum ullæ,neque uenæ cõparent,pallidumque præ se ferunt semper colorem, quemadmodũ qui regio sunt obnoxij morbo: loquuntur aũt ut si qui alij omnium hominum grauissime,nimirum aere utentes non sereno, sed obscuro,& maxime humectato:sunt insuper ad laborem à natura ipsa segniores. Annique tempora non uarias habent,neque ad æstum,neque ad frigus permutationes. Venti aũt eis sunt plurimi Austrini omnes,præter unum eius regionis proprium & indigenã, qui aliquando uiolentior ac molestior calidus existens spirat,quem Cenchrona patrio uocabulo adpellant. Verum Boreas non ualde ad eos pertransit,quod si aliquando spiret, debilis tamen existit ac ualde lenis. De natura ergo ac diuersitate & forma corũ qui Asiam & Europam incolunt,ita habet.Quòd aũt timidiores,effœminatiores,ac imbelles præ Europæis Asiani existant,moribusque mansuetiores, tẽpora ipsa anni in causa sunt,quæ non magnas permutationes faciunt,neque caloris,neque frigoris,sed semper æqualia permanẽt, unde neque mentes stupore percelluntur,neque corpora fortẽ transmutationem incurrunt.A quibus uerisimile est iram exasperari,cognitionemque & calorẽ amplius excitari,quam si semper in eodem statu quis persistat. Mutationes em̃ sunt quæ hominis mentem semper excitant,neque sinunt quiescere. Propter quas sanè causas imbelle uniuersum Asianorum genus existit,atque adhuc amplius propter leges. Multo maxima em̃ Asiæ pars sub Regibus est. Vbi aũt non in sua potestate uiuũt homines, neque sui iuris sunt, sed dominis subiecti,Ibi non multum curiosi sunt quomodo se ad bellum adparẽt,immo magis hoc curant,ut ne bellicosi uideantur.Pericula enim eis non æqualia instant. Nam hĩ in militiam proficisci, laboresque perferre,ac mortem oppetere pro dominis suis coguntur,relictis interim domi liberis,uxoribus,ac reliquis amicis:atque siquidem uiriliter & feliciter bellum gesserint,dominis inde commoda accedunt,eorumque facultates inde augentur. Verum ipsis præter pericula & cædes,nihil demetitur. Proinde neque horum hominum regionem frequenter habitatam esse necesse est, Immo eam propter inertiam bellicam ac ocium à plerisque relinqui. Vt enim quisque maxime à natura uirilis & magnanimus est,ita plurimum eius animus leges auersatur:cuius rei magnum indicium uel inde habere licet, quòd quicunque in Asia Græci itemque Barbari dominis non subsunt, sed iure suo degunt, sibijpsisque omnes labores lucrifaciunt, illi bellicosissimi omnium existunt. Periclitantur enim ipsi sibi, uirilitatisque præmia ipsi reportant, sicut timiditatis ac ignauiæ pœnam luunt pariter. Inuenias aũt & Asianos ipsos inter se plurimum differentes, generosiores alios, alios degeneres, quorum omnium causa ad temporum mutationes est referẽda,quemadmodũ & in præcedentibus dixi. Atque sic quidẽ habet in Asia. In Europa uero genus hominũ est Scythicum, circa paludẽ habitans Mæotim, quod à reliquis gẽtibus maxime differt. Sauromatę appellãtur. Horũ fœminæ equites sunt, arcubus utũtur, ac sagittas iaculãtur ex equis, cum hostibus cõgredientes, dum uirgines existũt, neque deuirginantur prius, quam hostiũ tres cõfecerint, neque prius maritis cobabitant, quam sacra deo patrio more fecerint. Quòd si qua

 sibi ui-

sibi uirum acceperit, ab equitatu libera est, nisi necessitas cogat cōmuni expeditione omnes exarmari. Dexteram autē mammam non habēt. Nam puellis adhuc infantibus matres æreo instrumento in hunc usum parato, igneq; candefacto eam auferunt, ac exurunt, ne iterū succrescere contingat, atq; ut omnis uis ac robur in dextrū humerū & brachium deferatur. Cæterū reliqui Scythę, quod ad formā adtinet, ipsi sibi similes sunt, alijs dissimiles. Sicut quoq; Aegyptij ipsi inter se, præterquā quòd hi à uehemēti calore, illi ab intēso frigore sunt compressi. Verum solitudo quæ Scythica dicitur, in planicie sita est, pratis abundās, sublimis & mediocriter aquosa. Sūt enim fluuij in ea magni, in quos aqua ex campis per riuos deducitur. In hac itaq; Scythæ degunt, qui Nomades uocātur, propterea quòd nullas habeant domos, sed in curribus habitant, Sunt aūt currus ex quibus minimi quatuor rotis, reliqui sex circumaguntur. Sunt etiā luto obturati ac instar domorū fabrefacti, aliqui simplici, aliqui etiā triplici tabulato, Vnde robur illis inest aduersus omnes iniurias aquarū, niuis ac uentorum propellendas. Trahunt currus aliquos quidē boum paria duo, aliquos tria. atq; hi cornibus carent, cum prę frigore regionis cornua eis non enascātur. In his itaq; curribus degunt mulieres. In equis autē uehuntur uiri. Sequuntur autē simul oues, boues & equi. Tandiu deinde in uno subsistunt loco, dum sufficit ipsis pecoribus pabulum, quo deficiente in aliam regionē commigrant. Vescuntur autē ipsi carnibus coctis, bibuntq; lac equinum, comedunt etiā hippacen, id autē est caseus equinus. Hactenus ergo de uictu & moribus diximus, temporibusq; anni ac formis, quæ à reliquis hominib. longissime sunt Scythiæ genti diuersæ. Ipsa enim sibi inter se gens similis existit, quemadmodū & gens Aegyptiorum. Minime autē fœcunda ea gens est, regioq; ipsa minimas feras enutrit, neq; numero, neq; specie insignes. Sub ipsis enim Vrsis Rhiphæisq; montibus sita est, unde Boreas spirat, Solq; ipse supremo æstiuo solstitio deficiens proxime accedit, ac tum quidē exiguo tempore calefacit. Neq; uero uenti à calidis locis spirantes ualde ad eam regionem penetrant, nisi parumper & debiles. Verum ab Vrsis uenti procedētes sunt illic perpetui frigidi, à niuibus, glacie, imbribusq; condensati. Qui nunquā à montibus decedūt, ut propterea etiā inhabitabiles fiant. Aerq; ipse totū ferè diē nubilus campos occupat. Ipsi uero in humidis locis degunt. Et ferè perpetua est ipsis hyems, æstas autem paucissimis diebus, atq; illis non ualde multa. Sunt enim planicies eminētiores, & nudæ, neq; ullis montibus circumseptæ, sed ferè sub ipsis Vrsis accliues. Neq; ferę nascuntur illic magnæ, sed quales possibile est sub ipsa terra contegi. Prohibet enim hyems & nuditas terræ, quę & diuerticulis & umbraculis caret, propter temporū anni mutationes, neq; multas neq; fortes, sed similes semper, uel parum admodum diuariantes. unde & formas corporū inter se similes habent, cum eodē utantur uictu & amictu, æstatis & hyemis tempore, attrahuntq; aerem aquosum, condensatum, aquā insuper bibentes à niuibus & glacie resolutā, nullo etiā corporis exercitio accedēte, cum nō uerisimile sit corpus aut animum ullis exercitationibus apta fieri, ubi non mutationes temporū fiunt fortes. Propter quas causas formæ eorum sunt crassæ & carnosæ. Iuncturæ uero humectæ & inefficaces: uentriculiq; humidi omnes, maxime omniū tamen inferior aluus, Nequit enim ipsa exsiccari in eiusmodi cum regionis, tum naturæ & temporis cōstitutione. Sed pinguedine & nuditate carnis formæ inuicem sunt similes, masculorū masculis, & fœminarū fœmellis. Tempora enim cum sint inter se similia, nullas corruptiones, neq; malignitates inferunt in seminis genitalis misturam ac compactionē, nisi quiddam aliud fortuito uel casu cōtingat, aut à morbo. Magnū autem argumentū humiditatis corporum Scytharū hoc exhibebo. Multos enim ipsorū, præcipue qui Nomades sunt, reperias exustos humeros ac brachia habētes manuumq; iuncturas, pectora, coxas, & lumbos, nullam sanè aliā ob causam, nisi ob humoris & mollitiei naturæ detractionē. Nam neq; arcus intendere, neq; telum torquere possunt præ impotētia humiditatis humerorū: cum autē uruntur, humor ipse à iuncturis exoluitur, fiuntq; corpora ipsorū ualidiora, melius nutriuntur, & magis redduntur articulorū usu potentia. Fluida uero fiunt ac lata, primū propterea ꝙ fascijs non colligantur, quemadmodū fieri solet in Aegypto. Deinde ꝙ, nō adsuescunt ad equitationē, quò equorum insessores fiant. Postremum etiā propter desidiā perpetuam. Masculi enim eorum antequā potentes fiant equos conscēdere, atq; in illis uehi, plurimum temporis desident in curribus, raroq; prodeunt ut inambulent, propter exilia ac perpetuas circulationes. Muliebrium autem corporum formæ ad miraculum usq; fluxæ existunt. Porrò Scytharum gens fului ualde coloris existit propter frigus ingens. Non enim uehemens accedit ad eos sol, à frigore uero albedo

exuritur

exuritur & fit fulua. Neque uero possibile est fœcundam esse eorum naturam, cum uiri minime cupidi sint cum fœminis commisceri, ob nimiam corporis liquiditatem, uentrisq; mollitiem ac frigiditatem, quæ causæ adparent minime uiros ad coitum incitari. Accedit his lassitudo ex continua equitatione cõtracta, quæ eos ad cõmistionem reddit impotentiores, atq; hæ sunt causæ cur uiri infœcundiores putentur. Mulieres autem pinguedo carnis & humiditas steriles facit, præ quibus uteri earum genitale semen nequeunt continere. Lunares nanque purgationes eis non eueniunt quemadmodum est necesse, sed minus & intẽpestiue. Ipsumq; amplius uteri os prę pinguedine cõcluditur, ut nequeat semen suscipere. Sunt em̃ ociosę, & pingues, uentresq; earum frigidi & molles. Vnde necessario sequitur non multum fœcundam Scytharum gentem esse. cuius rei ancillę eius gẽtis indiciũ exhibẽt. Nam hæ uiris misceri plurimum gaudent, in uteroq; conceptum continent, propter corporis exercitium frequens, carnisq; gracilitatẽ. Amplius aũt plurimi Scythæ eunuchi fiunt, & muliebria officia obeũt, instarq; fœminarũ omnia faciunt, & loquuntur, uocanturq; hi effœminati. Et regionis quidem incolæ causam ad deum referunt, coluntq; hos ipsos homines & adorant, sibiipsis timentes nequid tale accidat. Mihi uero hi affectus diuini quidem esse uidentur, sicut & reliqui omnes, neque ullum aliquem alio esse diuiniorem aut humaniorẽ, sed diuinos omnes, uerum unus quisq; eorum suam propriam habet naturam, neq; aliquis citra naturam accidit. Quare quõ hic affectus cõtingat, ut mihi uidere uideor, narrabo. Ab equitatione ipsa diuturni eos corripiunt dolores: nimirũ propendentibus semper ex equis eorum cruribus. Deinde claudi fiunt, cõtrahunturq; uertebræ cum inualuerit morbus. Medicantur aũt sibiipsis hoc modo, A principio morbi utranq; uenã retro aures incidunt, quo facto sanguine multo promanante, somnus eos corripit præ imbecillitate, sicq; obdormiscunt: quorũ quidem aliqui depulso somno sani exurgunt, aliqui uero minime. Atq; mihi sanè uidentur ea medicatione seipsos perdere. Venę enim retro aures sunt, quas si quis secet, sterilitatẽ inferat his quibus secantur: quare id etiam ipsis ex earum incisione accidere certũ est. Quando igitur postea uxores adeunt, impotentesq; se factos uident cum illis coire, primũ quidem nihil molestius cogitantes quiescunt, cum aũt bis aut ter, aut amplius frustra opus tentarunt, neq; quicquã proficiunt, mox putant se deum offendisse, in quem culpã reiiciunt. Induuntq; se ueste muliebri, palàm se euiratos esse confitentes, ad mulierũq; contubernia transeunt, earum opera tractantes. Hoc itaq; malo ditissimi Scytharum afficiuntur, minime uero infimi. Immo qui maxime & genere & potentia præualent, ex nulla alia quàm cõtinuæ equitationis causa, hoc perpetiuntur. Pauperes uero minus, cum non multũ equitent. Vnde si hæc affectio aliis diuinior censenda esset, nõ nobilissimis, non ditissimis Scytharũ ferè solis accideret: sed esset omnibus æqualiter peculiaris. Immo magis inuaderet pauperes circa cultum deorum negligẽtiores, si saltem gaudent dii in hominũ admiratione constitui, & pro hoc beneficia hominibus retribuunt. Diuites em̃ sæpius diis sacra faciunt, uictimas offerunt, coluntq; cum pecuniis abundẽt: pauperes autem minus id faciunt, cũ non habeant. Quinetiã aliquando deos detestantur, qui eis opes non suppeditent, ut uerisimilius esset, pauperes ac parũ abundantes hoc malo propter crimina sua puniri, quàm diuites & qui opibus abũdant. Verum sicut & prius dixi, diuinus quidẽ hic affectus est, secundumq; naturam accidit similiter ut alii omnes, neq; alia eius causa quàm ea quam dixi, Scythis existit. Simili autẽ modo & reliquis hominibus euenit. Vbi enim frequenter & cõtinue homines equitant: ibi plurimi à diuturnis doloribus uertebrarum maxime & pedũ corripiuntur, ad coitũq; fiunt impotentes, quæ omnia mala Scytharum genti adsunt. Atque propterea Scythæ omnium hominum minime sunt ad coitum ualentes. Et quòd humoris detractiones ex perustione cauteriorum semper habent, & plurimum temporis in equis desides degunt, ut neq; manu tractare pudenda liceat, atq; prę frigore & dolore, uoluptatis ac iucunditatis coeundi obliuiscãtur, neq; prius aliud sibi faciendũ putent, q̃ ut euirati fiant. Hactenus ergo de Scytharũ gente recensui. Reliquum aũt in Europa hominũ genus ualde inter se dissimile est & diuersum, tum quod ad magnitudinẽ attinet, tum quod ad formã, atq; id propter temporum mutationes contingit apud eos magnas & frequentes. Sunt enim eis calores uehementes, & hyemes fortes, pluuiæ multæ, rursumq; siccitas diutina, & uenti plurimi, ex quibus multæ & omnimodæ fiunt trãsmutationes. Neq; à uero discrepat circa generationem has ipsas mutationes sentiri, inq; seminis genitalis coactione aliam, neq; ex eodem etiã eandem, æstatis pariter ut hyemis, pluuioso ut sicco tempore, progigni. Eaq; causa est, cur putem Europæos magis q̃ Asianos

secundum corporum formas inter se discrepare, & magnitudines diuersissimas in singulis adeo urbi/ bus prouenire. Plures enim corruptiones contingunt in seminis coactione, cum tempora frequenter uariant, quàm si eadem sunt & similia. Eadem aũt morum ratio in utrisq; existit. Feritas, integritas, & audacia à natura Europæis innascitur. Frequentes enim mentis perpulsiones feritatem inducunt, mansuetudinem contra & benignitatem extirpant. Quare etiam magnanimos magis eos qui Euro/ pam incolunt Asianis iudico. Siquidẽ similitudo & æqualitas segnitiem parit. Mutatio autem & ani mum & corpus ad exercitationẽ excitat. Augetur itaq; à desidia & ocio timiditas. Ab exercitio uero & laboribus crescit uirilitas. Vnde bellicosiores quoq; Europęi extant, nõ ob hãc solum causam, sed & propter leges. Non enim regibus obediunt quẽadmodum Asiani. Vbi enim sub regibus uiuitur, ibi necesse est homines timidissimos esse, quemadmodum & supra ostẽdi. Seruitute nanq; animi eo/ rum pressi non libenter, neq; uolentes temere pro alijs se periculis exponũt. Europæi autem suo iure uiuentes, cum pro seipsis pericula belli subeãt, magna cupiditate feruntur, uolentesq; ac alacres diffi/ cultates omnes adgrediuntur, ipsiq; sibi ex re bene gesta præmia reportant, ut certum sit leges pluri/ mum ad magnanimitatem conferre. Tota itaq; & uniuersa res de Europa & Asia sicut retuli, habet. Cæterum Europa ipsa adhuc habet gentes inuicem differentes, non magnitudine & forma solum, sed & magnanimitate. Quæ uero in eis hanc diuersitatem faciant, in pręcedentibus dixi, dicamq; am plius, magis manifeste. Quicunq; regionem montanam, asperam, nudam, & aquosam incolunt, his mutationes temporũ contingunt magnæ & diuersæ, unde & hominũ formas magnas progigni con uenit, qui & ad laborem & ad uiriliter agendũ à natura præstent, quibusq; feritas & immanitas non mediocriter à natura sint congenita. Qui uero loca concaua, pratensia, & æstuosa habitant, uentosq; calidos plus sentiunt q̃ frigidos, & aquis utuntur calidis, hi magni quidem esse non possunt, neq; be ne compositi & longi, sed in amplitudinem à natura producti carnosi sunt, & capillis nigris. Imò & ipsi toti nigri magis q̃ albi, & qui minus de pituita habeant q̃ de bile. Virilitas aũt & tolerantia labo ris non æque ipsis à natura inest, nisi consuetudo accedat, & hæc in eis efficiat. Quòd si flumina extẽt in ea regione, quæ stagnantes & pluuias aquas euehant, homines ipsi incolumes ac splendidi uiuent. Si uero flumina desint, aquasq; puteorũ stagnantes & olentes bibant, necesse est ab illis ipsis aquis & uentrem lædi & splenẽ. Quicunq; aũt altam habitant regionẽ, planã, uentis expositam, & aquo/ sam, eorum formæ magnæ, ac inuicem similes, & erectæ. Animi quoq; eorũ existunt mansuetiores. Qui uero macra, aquis carentia, & nuda loca tenent, & quæ temporũ mutationibus non sunt permi/ sta, horum constitutiones necesse est esse asperas, & intentas, flauas magis q̃ nigras, mores etiam eo/ rum rigidi sunt, pertinaces, & contumaces. Vbi enim mutationes temporũ contingunt frequentes, & plurimũ inter se diuersæ, ibi & formas, & mores, & naturas reperias plurimũ differentes. Temporũ itaq; uarietates potissimæ sunt quæ naturã ipsam permutant. Deinde etiam regio in qua multæ ua/ riationes fiunt. Postremũ aũt aquæ. Inuenias enim ferè semper & formas hominum & mores regio/ nis naturæ compares. Nam ubi terra crassa est, & mollis, & aquosa, aquæ aũt ualde sublimes, ita ut æ/ state calidæ sint, & hyeme frigidæ, & temporũ ratio aliàs probe conueniat, Ibi & homines carnosi, ar ticulis non adparentibus, humidi, laboris intolerantes, & ut plurimũ maligni nascuntur. Segnitiesq; & somnolentia eis inest multa. Suntq; ad artes tractandas crassi, non acres aut subtiles. Vbi autem regio est nuda, natura munita, & aspera, quæq; & à frigore hyberno prematur, & à sole æstiuo exura tur, ibi duros, & graciles, & articulis probe distinctis, intentosq;, & hirsutos reperias homines, & in quibus à natura laboris tolerãtia, & uigilantia insit. Quiq; mores habeant pertinaces, ad iram procli/ ues, & contumaces, magisq; feritate participãtes q̃ mansuetudine. Insuper ad artes etiam acutiores & plus solertes, & ad res bellicas gerendas aptiores. Quin & omnia quæ è terra proueniũt, terræ ipsius naturam resipiunt & sequũtur. Atq; hactenus quidem maxime con/ trarias corporum naturas & formas diximus, è quibus coniectura facta, si quoque reliqua consideraueris, nun/ quam à uero aberrabis.

FINIS.

CL. GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER PRIMVS. MARTINO GREGORIO INTERPRETE.

De facultatibus quæ alimentis insunt, pleriqꝫ præstãtissimorũ medicorum, præcipuo studio
D in eam speculationem conuersi conscripserunt, quòd omniũ quę sunt in medicina, ea prope modũ sit utilissima. Nam alijs præsidijs non omni tempore utimur: sine alimen- B
to autem ne uiuere quidem, neqꝫ secunda neqꝫ ad uersa ualetudine possimus. Merito igitur præstantissimorum medicorum plurimi, facultates, quæ ei insunt, diligẽter magnoqꝫ studio peruestigarũt. Inter quos alij sola experientia nobis innotescere contenderũt: alijs rationem quoqꝫ unà placuit adiungi: alij deniqꝫ uel primas ipsi tribuerunt. Quòd si ut inter Geometras & Arithmeticos, ita inter eos qui de alimẽtis scripserunt, omnino conuenisset, nihil nũc oporteret nos denuo hanc de ijsdem post tot ac tales uiros scribendi molestiam subire: Verum cum mutuis dissensionibus suspectos sese reddiderint (fieri enim nequit, ut omnes uera dixerint) quæ ab illis sunt tradita, à seueris iudicib. examinari est necesse. iniquũ enim fuerit, uni præ C
alijs absqꝫ demonstratione fidem adhibere. Porrò cum demonstrationum duo genere sint principia (aut enim à sensu, aut à notione euidenti demonstratio omnis ac fides proficiscitur) nosqꝫ ad præsentis cõmentationis conscriptionem necesse est, aut altero horũ, aut utroqꝫ uti, ratione autem res iudicare nõ omnibus itidem sit promptũ (nam & natura sagaces esse oportet, & à puero ingeniũ in mathematicis disciplinis excoluisse atqꝫ exercuisse) satius esse duximus ab experientia auspicari, eoqꝫ maxime, ꝙ bona pars medicorũ hac sola alimentorum facultates inuentas esse pronũciarint. Nam empiricos, qui omne studium operamqꝫ eò conferunt, ut quę ratione sunt inuenta ambitiosis contẽtionibus oppugnẽt, fortasse quis cõtempse- D
rit: uerũ Diocle quid facias, qui (tametsi professione est dogmaticus) hæc ad Plistarchũ in primo de sanitate libro scripta reliquit: Qui omnia sapore eodem, odore, calore, aut alio id genus prædita, uires easdem obtinere existimãt, haud rectè opinantur: nam multa ostendere possim inter se pugnare, etiam si, quod ad prædicta attinet, inter se conueniant. Non enim si quid aluũ, aut urinã mouet, aut aliã quãlibet habet facultatẽ, ideo tale esse quodqꝫ est putandũ, quòd uel calidum sit, uel frigidũ, uel salsum: quandoquidẽ non dulcia omia, aut acria, aut salsa, aut cetera id genus easdem habent facultates: sed si quis actionis cuiusqꝫ ipsorũ causam toti naturæ retulerit acceptam, is minime à ueritate aberrarit. Qui uero singulorum causas, cur uidelicet nutriant, aut aluum, aut urinã cieant, uel aliud

quidpiã eiusmodi præstent, reddendas autumant, ignorare uidenẽ, primũ quòd hęc inquirere, haud frequẽter ad usus sit necesse: deinde, ꝙ multa sint in rerũ natura, quæ principijs quibusdã sunt similia, ut nullam causæ rationem admittant. Ad hęc, nonnunqꝫ allucinantur, cum incognita, & contro uersa, neqꝫ admodũ uerisimilia sumendo, abunde causam ipsam credũt se assignasse. Quocirca neqꝫ ijs qui causas eiusmodi afferunt, neqꝫ ijs qui de omnibus causam putãt esse reddendã, est attendendum: sed potius ijs, quæ diuturna experientia fuerunt explorata, credendũ. Quorũ autẽ possumus, causa est inquirẽda, quando qđ de ipsis dicimus, sic speramus fore notum magis ac credibile. Hęc sunt Dioclis uerba, sola experiẽtia alimentorũ facultates nobis notas esse arbitrantis, nõ ex indicationibus, quæ cum à † temperamento, tum à saporibus sumũtur. Cum aũt in partibus plantarũ alia adhuc inesset indicatio, eius non meminit. Dico aũt partibus plantarũ indicationẽ inesse, qua præter alias Mnesitheus est usus. In plãtis enim alias quidem radicibus, alias caulibus facultates inesse ostendens: quemadmodũ certe & folijs, & fructibus, et seminibus alias. Quòd uero experientia ut alia pleraqꝫ, ita & qui cibi facile, aut secus concoquantur, quæqꝫ stomachũ iuuent, aut offendãt, deniqꝫ quæ aluum laxent, irritent, aut sistant, nos doceat, nemo est, cui uel tantillũ est mentis, qui ignoret. Cæterũ in ijs ipsis † pleriqꝫ falluntur, qui citra limitationẽ faciunt de rebus periculũ: ut in commentarijs de simpliciũ pharmacorũ facultate, atqꝫ in tertio de temperamentis demõstrauimus. Nec sanè qui utrobiqꝫ cõmittuntur errores, multũ inter se sunt dissimiles. Quapropter hoc quoqꝫ loco ad uiuũ, uti illic, limitatiões scribere, quibus quis intentus singulorũ facultates citra errorem possit deprehẽdere, haudquaquã mei est instituti, qui semel duntaxat de quaqꝫ re scribere soleam, non eadem in multis cõmentarijs de ijsdem passim inculcare. Vt tamen usitatum mihi morem ne nũc quidem prætermittam, summas tantũmodo limitationum, idqꝫ ea breuitate, quam orationis perspicuitas patietur, sum cõplexurus. Incipiam autem ab eo quod omnibus est in ore, quodqꝫ Erasistratus minus rectè scripsit, melicratum uidelicet aluum non cuiuis subducere, neqꝫ lentem cohibere, sed quosdam esse, qui præterquã quòd neutrum experiuntur, in contraria etiam incidant: sistatur quidem eis aluus à melicrato, laxetur aũt à lente. præterea quosdam inueniri, qui bubulam minori negocio, ꝙ̃ pisces saxatiles conficiant. Equidem ab istis semper soleo sciscitari (nam à postremis exordiar) quodnam his symptoma accidat, quo iudicent se saxatiles pisces non coxisse, utrùmne pon-

† Antiquus et Aldus legunt, κείσιν, nos κράσιν.

† Ant. legit, οὐκ ὀλίγοι.

dus quoddā in uentriculo, ut instar plumbi, aut lapidis, aut luti quiddam incubere ipsis uideat (hoc nempe modo quidā, quem ex huiuscemodi cruditatibus sensum percipiunt, interpretant) an mordicationem quandā manifesto in ipso, an flatū, an ructū grauem sentiant. Tum alij nidorulentū magis sibi ructum accidere: alij, mordicationē: nonnulli utrunq;, responderunt. Horum igitur corporis habitū diligenter cōtemplatus, deprehendi, bilis flauæ copiā in uentriculo, uel ob prauā quampiam temperiē, uel propter peculiarē constructionem esse aceruatam. Peculiarem aūt dico constructionem, quoniā hominibus quibusdā bilis ex iecore in intestina defluens, in uentriculum regurgitat: Prauā uero temperiē, cum calor natura ipsis inest acris ac mordax, & (ut sic dicam) febriculosus. Proinde par est, ut isti cibos corruptu difficiles melius q̄ faciles coquāt. Quādo, quę facile coquuntur, facile item alterātur, ac corrumpuntur: contrà, quæ cōcoctu sunt difficilia, non facile quoque, tum alterantur, tum corrumpuntur. Hæc certe si in multū calorem inciderint, coquuntur magis, q̄ si moderato occurrerint. Atq; hac profecto ratione accidit, ut nōnulli bubulam facilius, q̄ pisces saxatiles conficiant. Lens autē quibusdam aluum mouet magis, q̄ inhibeat, nō alia ratione, q̄ ut in cōmentarijs quos de simplicium pharmacorum facultate conscripsimus, demonstrauimus. Quemadmodū enim ex ijs quæ à nobis præparantur, nōnulla quæ facultatem ac substantiā habent contrariā, cōponuntur: ita & natura ipsa, permulta quæ sensui simplicia apparent, cōmiscuit: quod in plerisq; alimentis cōperias. Etenim non lens sola, sed & brassica, atq; adeo marina propemodum omnia, quibus testa pro cute est, quæ Græci ὀστρακόδερμα appellant, compositā ex pugnantibus facultatibus naturam sunt sortita. Nam solidum cuiusq; corpus tarde permeat, aluumq; sistit: humor uero, stimulat ad excretionē. Huius porrò rei ex coctione manifesta sumitur demōstratio: cū aqua in qua dictorū quodq; fuerit decoctū, aluum subducat: ipsa uero corpora, inhibeat. Hinc nōnullos audias, qui dicant: Si brassicā leuiter coctā, & uniuersim ac repente ex lebete in uas aliquod, in quo sit oleū ac garum, trāsfusam, ante alios cibos sumpseris, aluum subducet. Alios aūt uideas brassicā, quæ Gręcis disephthos, id est, bis cocta nuncupatur, ad uentris cohibitionem hoc modo adparare: cum ipsam aquæ prius incoxerint, aquā quidem totam ex lebete effundūt, aliam aūt adfundunt puram & calidam, in qua rursus brassicā secundo coquunt: ut siquid proprij succi post priorem decoctionem habuit reliquū, in hac penitus deponat. Omnibus enim, quæ in humore coquunt, usu uenit, ut quiddam ab eius facultate in se deriuent, ac de sua uicissim portionē aliquam ipsi impartiant. Id quod in ijs, quæ in iure aliquo elixamus, siue legumen, siue animātis pars, siue olus id fuerit, quotidie tibi licet discere. Res nanq; elixa, tam gustu, q̄ olfactu, ipsius iuris: ipsum aūt ius, rei, quæ in se est elixa, qualitatē ac facultatem repræsentat. Totius porrò, qui nunc nobis est propositus, sermonis ueritatē poteris sic explorare: Lentē, aut brassicam, aut aliquot marinorū memoratorum animalium decoquito: postea decoctū † oleo, garo, pipereq; conditū, cui libuerit propinato. idem facito in brassica bis cocta. Videbis enim potione quidem, aluū dilui: solidi aūt corporis esu, constipari. Quare nō est quod miremur, si ab huiuscemodi cibis, quādo cum ipsorū succo solidum corpus sumptū fuerit, tormina interdū & inflationes oriantur. Pugna enim quædam inter utrunq; fit, cum solidum quidē corpus hæreat subinde, ac tardet: succus autem ad excretionem properet. Quo casu si quod mordicat, excretū fuerit, cessat symptoma: sin moretur, uentrem torminibus ac flatibus infestari est necesse: quibus sola pugnantiū excretio finem imponet. At cum nonnullis uenter ad egerendū [natura] sit propēsus: alijs aūt est siccus, & ad egerendum difficilis, utriq; pro sua natura symptomatis, quæ ab huiusmodi cibis fiunt, afficiētur: cum uenter alius succi, alius solidi corporis facultati opituletur. Duabus nanq; contrarijs causis simul commissis, unam superare, alterā succumbere alteri est necesse. Idipsum aūt propter uētris affectus quosdā accidit, non natiuos quidē illos, sed aliquo tempore subortos. Nūc enim pituitosum in eo humorem, nunc biliosum aceruari cōtingit. Atq; ipsius pituitosi, alius quidē est acidus, alius salsus, alius dulcis, alius deniq; sensibilis qualitatis est expers. Rursum alius est liquidus, alius crassus, alius uiscidus, alius dissipatu facilis. Ad hæc humoris biliosi, alius est flauus, alius pallidus, in quorum utroque maximū est pro maioris et minoris ratione discrimen: ut interim alias eius species prætermittā, quæ in corporibus † ægrotantibus apparent. Singuli igitur memorati humores, cū aut ad alui excretionem, aut eiusdem cohibitionē plurimū habeant momenti, postea q̄ integra ciborum memoratorum corpora cum suis succis in uentrem peruenerint, ijs quidem quæ eiusdem secum sunt facultatis, ferunt suppetias: aduersantur aūt ijs quæ sunt cōtrariæ. Antea quidē duas genere causas recensueramus, propter quas, ijsdem sumptis cibis, diuersi in uentre effectus sequerent. Iam uero prę ter naturalem constitutionē, & liquidas solidasq; τῶν ἐσθιομένων, id est, ciborum partes, tertia quoq; adinuenta est. nec uero siue ἐσθιόμενα, siue ἐδέσα, siue τροφὰς appelles, quicq; intererit. Siquidem tum ijs nominibus, tum etiam ijs nihilominus, cibos σιτία & βρώματα appellant. Cui rei testis est Hippocrates, in ope de morbis populariter grassantibus scribens ad hunc modū: τὰ βρώματα, id est, escas, ac potus experiri oportet, an æque diū morent. At rursus alio loco: Labor, σιτίον, hoc est, cibus, potus, somnus, uenus, omīa mediocria. De nominibus quidē certe (quod semper prædicamus) nō oportet nos esse solicitos, nec quo pacto quis ipsis utat, laborare, cum ea pręsertim omnia Græcis sint usitata; sed rerum ipsarū scientiam conse-

† Pro διϑύναντος legendū forte διηϑήσαντι, ut sit sensus, post, ubi decoctū cū oleo, &c. percolaris, aut διηθήσαντι.

† Pro ὑδεροφορμίας lego ὑπερφαινομένας ex Calabro

confectari. Alimenta ergo citi tardiue trãſitus eſ/ A
ſe comperiuntur, aliàs ob naturalẽ noſtram ab ini
tio cõſtitutionẽ, aliàs ob uentris diſpoſitionem ac
quiſititiam, nonnunquã ob peculiarẽ aliquã eſcu/
lentorum ac poculentorũ ſubſtãtiam: quandoqui/
dem ex ijs, quædã humida, quædã ſicca [duráue]
ſunt: ceu alia uiſcida, alia friabilia, ac diuiſu faci/
lia: nonnulla deniq; acrimoniam in ſe habent, alia
acorem, aut amarorẽ, aut dulcedinem, aut ſalſugi
nem, aut auſteritatẽ, aut acerbitatem, aut alias, ex
tra has, facultates medicamentoſas eiuſdem gene
ris cum ijs, quę purgantibus medicamẽtis inſunt.
Siquidẽ atriplex, blitum, malua, cucurbita, quia
ſunt lenta ac perhumida, alijs quæ talia non ſunt,
celerius ſubſidũt: idq; potiſſimũ in ijs, qui ſumptis
illis, in ſolo leniter obambulãt. Lubricabunt enim B
ſiquis concutiatur, promptius q̃ ſi quietus iaceat.
Eodem in genere ponere quis poſſit, mora, dulcia
ceraſia, & ex uinis quę dulcia ſimul ſunt ac craſſa.
Pepones quoq;, & quos melopepones uocant, ꝙ
humidi ſint ac lenti, uentri ſubducendo ſunt ido/
nei, facultatẽq; mediocriter abſtergẽdi habent, &
horum maxime pepones: quam facile, ſi ſordidam
aliquam partem his confricueris, perceperis: pro/
tinus nanq; cernes quicquid in ipſa eſt ſordiũ ab/
ſtergi, ideoq; inter ea quæ urinã mouent, cõnume
rant. Porrò inter humida corpora & aquoſa ſunt,
quæ præcocia uocitãt, & perſica, & omnino quæ
cunq; nullã guſtantibus ea aut olfacientibus, qua
litatem admodũ repræſentant. Quæ, ſi quidẽ uen
ter ad deijciendũ eſt propenſus, nõ ægre ſubſidũt: C
ſin minus, hærent & ipſa ſublimia, nihil ad ipſam
excretionẽ conferẽtia. Etenim huiuſcemodi cibo
rum materia medium quodãmodo inter aluum ſi
ſtentia & proritantia, locũ ſortita, exiguũ quid in
alteram partẽ affert momenti, ſi in uentrẽ incidat,
nec ad excernendũ ualde ſocordem, nec ad diſtri/
butionem alacrem ac robuſtũ. Interdum enim hęc
quoq; aluum cohibent. Quin & melicratũ, in qui
bus celeriter diſtribui occupat, nihil aluo ad excre
tionem confert: quin immo cibis ſecum cõmiſtis,
ad diſtributionẽ præit. Quòd ſi diſtribui celeriter
nõ anteuertat, excretionẽ non ſecus ac flaua bilis,
ſua acrimonia ac mordacitate irritat. Hoc ergo ci/
bariorum atq; potionũ genus duntaxat mordica/
tione ſua uentris, partes ad expulſionẽ exuſcitat D
(perſpicuũ autem eſt ꝙ etiam inteſtinorũ ſubſtan/
tiam nomine uentris cõplectimur: ſic nempe uul/
gus προγάστορας & μεγαλοκοίλους, id eſt, uentre
ꝓminulo, & uentricoſos appellat.) Alia aũt ſunt,
quæ uentrem ſubducunt, ꝙ facultates in ſe medi/
camentoſas habeant commiſtas, ſimiles ei, quæ in
ſcammonia, colocynthide, elleboro, & id genus
alijs conſpicitur. Horum enim ſubſtantia ex cibo
& pharmaco eſt cõmiſta, ut ſi ipſe in ptiſanæ cre-
morem ſucci ſcãmonij paululũ quid inijcias. Qui
ſuccus etiam ſi ſenſum quidẽ ſic effugerit, ſua ta/
men actione minime fallet, ſed aluum palàm ſub/
ducet. Atq; id eſt quod quibuſdã Hippocrates di/
xiſſe uidetur, cum inquit, In cibo medicamentũ.

Alij uero non ſic modo, ſed de illis quoq; cibis in/
telligi poſſe dictũ eius uoluerunt, qui neq; alendi,
neq; purgãdi animalis ullã habent facultatẽ. Hæc
enim inquiunt, nõ modo ut alimenta, uerũ etiam
ut medicamenta ſæpenumero agere, cum manife/
ſte nos calfaciãt, refrigerẽt, ſiccent, aut humectẽt:
ueluti dũ horũ nihil in hominis corpore efficiant,
ſed ipſum tantũmodo alant, tum medicamenti ra/
tionẽ haudquaquã habere. Sunt aũt ſanè pauciſſi/
ma id genus edulia. Quotquot uero ea fuerint, ali
menti duntaxat rationẽ planè habent, corpus eius
qui ſumpſit, in qualitate non immutãtia. Etenim
quod refrigeratũ eſt aut calfactum, humectatũ, aut
ſiccatũ, ſecundũ qualitatem eſt mutatũ. Quod ue/
ro ex cibo ad molem diſſipatæ ſubſtantiæ ſarcien
dam animal ſibi aſſumpſit, ab illo duntaxat ut ali/
mento iuuatur. Quamobrẽ quę medij ſunt tempe
ramenti, nullaq; uincenti qualitate ſunt prędita, ea
ſolũ ſunt alimenta, non etiã medicamẽta: uentrẽq;
nec ſoluũt, nec cohibẽt: ſtomacho nec robur, nec
imbecillitatẽ inducunt: ſicuti ſudores urinámue
nec prouocant, nec coercẽt: nec aliã quamuis diſ/
poſitionẽ calidã, frigidam, humidã, aut ſiccam in
animantis corpore ingenerãt, ſed quale animãtis,
quod nutritur, corpus aſſumpſerant, tale prorſus
conſeruant. Verum hoc quoq; loco limitatio quę
dam eſt utiliſſima, quæ ne ipſa quidẽ à Diocle eſt
poſita, † ut nec aliarũ quęuis, quas hactenus recen
ſuimus. Si eñ hominis corpus medij planè ſit tem
peramenti, per alimẽta medij temperamẽti eo in
ſtatu ſeruabit. Verũ ſi id frigidius, uel calidius, ſic/
cius, aut humidius fuerit, medij temperamenti ci/
bum & potũ perperã exhibueris. Quippe huiuſce
modi corpus, quatenus ab exacte media conſtitu-
tione receſſit, eatenus in diuerſum ſtatum traduca
tur eſt neceſſe: fiet aũt id per præſentis diſtẽperan/
tiæ cõtraria. Contraria aũt pari interuallo in utra/
que oppoſitione à medio in utranq; partẽ ſecedãt
oportet: ut ſi corpus tribus (uerbi gratia) nume/
ris à temperata ac media conſtitutione ad calidio/
rem ſeceſſerit, totidẽ cibum quoq; à medij tempe/
ramẽti cibo ad frigidiorẽ ſecedere erit neceſſe: ſin
uero quatuor numeris ad humiditatẽ diſceſſerit,
totidem cibũ mediocri ſicciorẽ eſſe conueniet. At
que in eo certe permultos eſt inuenire, qui de ijſdẽ
cibis ex diametro pugnantia pronuncient. Nuper
enim duo inter ſe concertabãt, quorum alter ſalu/
bre, alter inſalubre mel eſſe affirmabat: uterq; ex il
lato ſibi à melle affectu coniectans: nondũ illud in
telligentes, ꝙ omnes homines non unũ ab initio
habuerunt temperamentũ: neq; ſi habuiſſent, im/
mutabile ipſum, ætatis curſu, aut in temporũ anni
ac locorum cõmutationibus, tueri potuiſſent: ut
nunc omittã, ꝙ ijdem homines uitæ inſtitutis, ac
uictus ratione, natiuũ corporis habitũ immutant.
Ne igitur longe abeam, eorũ qui de melle inter ſe
diſceptabant, alter quidẽ erat ætate ſenex, & natu
ra pituitoſior, uitaq; ocioſa, et cum ad alias omnes
actiones, tum aũt ad eas exercitationes, quæ bal/
neum præcedunt, ignauus. ob eamq; cauſam, mel

† Calaber tamen uertit, ut nec ab alio quouis, quos mihi adhuc perlegere contigit.

ei erat utile. Alter uero, natura erat biliosus, & an A nos natus triginta, in quotidianisq; operibus multum sese fatigabat. nõ abs re igitur in eo mel celeriter in bilem uertebaẽ: eaq; ratione sibi erat nocentius. Noui aũt & ipse quendã, qui de ore uentriculi querebaẽ: ꝙ cum aceruata in eo pituita proueniret, ex ipsius sermone cõiectassem, consuluissemq;, ut cũ sinapi betam & porrũ sumeret: eorũ ope incisam pituitã, largiter per aluũ excreuit, omnibusq; symptomatibus est liberatus. Idem postea cũ post esum ciborũ acrium nõ coxisset, mordicationẽq; in uentriculo sentiret, sumpto rursus cũ beta sinapi, nõ modo à mordicatione non fuit leuatus, uerum etiã longe deterius habuit: tum protinus admiratus, quid esset, ꝙ ab ijs, quæ ante summopere iuuissent, nũc grauiter læderet, causam sciscitaturus B ad me accessit. Eos porrò, qui rei medicæ sunt imperiti, in his falli nõ est absurdũ. Verũ medicos, q pleraq; & eadẽ utilissima theoremata prætereũt indistincta, quis ferat? Non enim ipsos simpliciter pronũciare conuenit, pisces saxatiles ꝑmultis quidem cõcoctu esse faciles: nõnullos tamẽ reperiri, qui bubulã facilius conficiãt: sed utrosq; distinguere: quemadmodũ de melle nõ simpliciter pronunciare, sed simul adijcere quibusnã ætatibus, naturis, anni temporibus, regionibus, ac uitæ rationibus utile sit, aut noxiũ: uerbi gratia, ꝙ calidis et siccis sit aduersissimũ: frigidis uero ac humidis utilissimum, siue ea temperies eis sit naturalis, siue accesserit propter ætatẽ, siue propter regionem, aut anni tempus, aut uitæ cõditionem. Itaq; ad præsen C tem speculationẽ summe necessarium esse uideẽ, hominũ pariter ac ciborum tẽperamenta considerasse. Porrò qualianã hominum sint temperamenta, & qua ratione ea dignoscere cõueniat, in commẽtarijs, quos de tẽperamẽtis scripsimus, ceu utique & de medicamentorũ tẽperamẽtis, in ijs quæ de illorũ facultatib. prodidimus, abunde diximus: in præsentia uero tempus exposcit, ut alimentorũ temperamenta exequamur ea methodo, qua in libro de uictus ratione sunt scripta, qui est, ut nonnullis placet, Hippocratis: ut alijs, Philistiõis, aut Aristionis, aut Euriphontis, aut Philitę, omnium antiquorũ uirorum. Initiũ aũt ipsius in nonnullis quidem exemplaribus est: Ciborum omnium ac potuum facultates, tum naturales, tum arte acci D tas sic dignoscere oportet. In alijs autem hoc: Locorum aũt omnium situm ac naturã sic oportet dignoscere. Cum naq; seorsum libellus ille circumfertur, De ratione uictus inscribitur, estq; is secunda pars, cum opus totũ in partes tres sit diuisum. Cũ uero totus unicus & nõ diuisus, ex tribus conflatus inueniẽ, De natura humana & uictus ratione inscribiẽ. Secũda igiẽ pars, in qua agiẽ de cibis, nõ abs re forte Hippocrate digna putabiẽ: sed prima quam plurimũ ab Hippocratica sentẽtia recedit. Verũ id quidem pręter institutũ, obiterq; sit dictum. Cuiuscunq; aũt memoratorum uirorũ fuerit, omnẽ in cibis uictus rationem ad uniuersalem quandã methodum uideẽ reuocare. Qui eñ hordeum coctũ, natura frigidũ & humidum esse didicerit, sciueritq; corporũ temperamenta, tum naturalia, tũ alicuius affectus occasione acquisita dijudicare, is rite nõ tantũ sanis corporibus, uerum etiam ægrotantib. hordeum edendũ exhibebit. Pręterea & cataplasmatibus ex hordeacea farina percõmode utetur, qui & corporis, & hordei temperamentũ tenuerit. Nec uero satis fuerit principalissimam ac primã cuiusq; cibi temperiem nouisse, sed, ut in libris de medicamẽtis monstratũ est, eas quoq; quæ hãc sequunẽ [qualitates] callere oportet: quæ & ipsæ sunt utilissimæ, multæ quidem (si nõ omnes) in saporibus: quædam aũt, etiã in odoribus. Quòd enim unũquod ex tanto calido, frigido, humido, et sicco quodãmodo est temperatũ, idcirco hoc dulce, illud amarũ, salsum, acerbũ, austerum, acreue apparet. ἁλυκὸν aũt, nihil aliud est, ꝙ ἁλμυρὸν, id est, salsum: nã utraq; uoce res una declaratur. Item acerbi & austeri cõmune genus est, ꝙ Gręci στύφον, nos adstringens appellamus. Cæterum in quarto libro de simpliciũ medicamentorum facultate, de om̃i saporũ genere copiosissime disseruimus. Quẽ certe librũ necesse om̃ino est eũ perlegisse, qui ea quæ in præsentia à nobis dicuntur, est assecuturus: ut ne q̃ semel de ijs dicta sunt, in hisce libris identidẽ repetere cogamur. Ergo ciborum nõnulli quidẽ, quemadmodũ haud ita pridem cõmemorauimus, siquis eos gustauerit, aut olfecerit, nullã insignem ac manifestã qualitatem præ se ferunt: quos sanè ἀποίους & ὑδατώδεις, id est, qualitatis expertes, & aquosos nominant: alij aũt manifestissimam habent astrictionẽ, aut congenitã dulcedinẽ: aut acrimoniã, sicut nonnulli quoque salsiores, aut amaritudinis quidpiam habere, ꝑspicue cernunẽ. Quare perspicuũ est, cibos eiusmodi eandem cum ijs medicamẽtis habere facultatem, quibus cũ sapore cõueniunt. Cæterũ in commentarijs de medicamentis, causam explicuimus, quãobrem adstringentia quædã non eadem cum alijs adstringentib. [in corporibus] agant, ut aloe, æs ustum, atramentũ sutoriũ, flos æris, squamaq;, & chalcitis. Etenim ꝙ in quoq; istorũ adstringenti facultati ac substantiæ, alia quæpiã sit admista, euenit ut opera quæ sigillatim ædũt, sint diuersa, perindeac si malo cydonio scãmoniam intus miscueris: quod utiq; interdũ facimus, partes mali, quæ circũ semen sunt exculpentes, deinde cauitatem scãmonia implentes, deinde affigentes ac assantes, atq; ita malũ mandendũ exhibẽtes. Quod nanq; hunc in modũ pręparatũ est, absq; stomachi subuersione aluũ subducit. Facultate nimirũ purgatrice, quam malũ ipsum à scãmonia acquisiuit, in ipso uincente, propria aũt ipsius mali manente. Alioqui nec iucundũ, nec adstringens, nec stomacho esset utile. Ad eum igitur modũ cibaria quædam facultatẽ quampiã habent in seipsis admistã, cui aut purgare, aut aliud quippiã agere sit naturale. In quibus nõ est dubitandũ, quin saporũ facultates actionẽ suam, quam à natura habent, efficiãt. In quo enim qualitas inest adstringens, ipsa, quan

tum in

tum in seipsa est, uicina corpora cogit, cõstringit, ac refrigerat. Idem aũt corpus nonnunq; alias sui partes calfacientes, alias refrigerantes habere potest, ut in libris de simpliciũ pharmacorũ facultatibus demonstrauimus: natura scilicet eas ita permiscẽte, ut medici quidã frigido cuipiã pyrethrũ, aut piper interdum cõmiscent: hæc certe, uti diximus, in cõmentarijs de medicamentis copiosissime pertractata, his quæ nũc à me docent, sunt utilissima. Nã qui hæc ante didicerit, modũ reperiet, quo cibos omnes sigillatim apparare queat. Nam nos quoq; τευτλοφακῆν, id est, ex beta & lẽte edulium nõnunquã damus: atq; ante nos Heraclides Tarentinus multis non tantũ inculpata ualetudine fruentibus, uerũ etiam malo aliquo affectis sæpe exhibebat. Primũ ergo betarum copiã: deinde cum cõdimus, aut salis plusculum, aut dulcem garum, ei inijcimus: sic nempe aluũ magis subducit. Sin minus uis subducere, lentem excorticatã bis decoquito, aqua uidelicet priore effusa: dein salis, aut gari portiuncula addita, aliquod eorũ quæ aluum modice sistunt, inijcito, puta acetũ, ea mensura, ut gustum non offendat. Ita enim pharmacũ iucundissimum atq; utilissimũ effeceris, & cibũ non paucis eorũ, qui diuturna diarrhœa conflictantur. Porrò dixi nõ paucis, nõ omnes cõplecti uolens. Nam hic quoq; limitationũ est usus, per quas, eorum qui diarrhœa iampridẽ laborant, affectus inuenient. Omnino enim nullius rei uires experientia cõmode explorabis, nisi prius per rationem ad unguem cõpertum habueris affectũ, cui applicatur quod exploras, siue id sit cibus, siue potus, siue medicamẽtũ. Quippe affectuũ cognitio, est materia remediorũ, non ipsorũ remediorũ cognitio. At quoniã fieri nõ potest, ut, nisi quis materiarũ, quibus utimur, facultates exacte calleat, illarũ ope egentib. succurrat, necesse est ut alibi de pharmacorũ, ita hoc quoq; loco de alimentorũ facultatib. disseramus. Cognitio aũt horum uix tandẽ longo tempore recta nobis accedit, quã consequimur cũ ex certa definitaq; experiẽtia, tum ex halituũ saporumq; natura (quæ duo rebus, quas examinamus insunt) ad hæc, ex consistentia quã habent secundũ lentorẽ, [aut friabilitatẽ,] aut laxitatẽ, & densitatem: aut leuitatẽ, & grauitatẽ. Hæc enim omnia ad ipsarũ inuentionem adeo conferunt, ut cum in peregrinã regionẽ perueneris, si quid esculẽti nunquam prius tibi cõspecti offenderis, permultas sis occasiones atq; adiumenta ad eius facultatẽ pernoscendã habiturus. Cæterũ quæ Mnesitheus de radicibus, caulibus, folijs, fructibus, seminibusq; prodidit, non certã ualde habent dignotionẽ, si ex perientia definita ipsa exploraris: quod ex ijs quæ sequentur, fiet manifestũ. Statui enim de cibis singulis seorsum pertractare. Quòd si tractatus ipse lõgior erit, poterimus ipsum postea alio quodam minore libello perstringere, qui ijs qui artẽ callent utilis erit: quandoquidẽ exercitatio sola ac doctrina, quæ per diffusam enarrationẽ traditur, nos artifices reddit. Ideoq; nõ inscite illud mihi uulgo di-

A ci uidetur, optimã esse doctrinã, quę uiua uoce traditur. neq; enĩ quenquã ex libro nauclerũ, aut alterius artis artificem euadere. Libri enim sunt ijs, qui ante eruditi fuerunt, monimenta, nõ rudium & indoctorũ doctrina perfecta. Quòd si qui sint, qui præceptoribus careant, uelintq; ijs, quę plane ac copiose sunt scripta (q nobis scribendi mos est) diligenter incũbere, magnum ij fructum capient, potissimũ si ea relegere identidem non grauentur.

De tritico.

HAud iniuria medicorũ plurimi præsentẽ doctrinã à tritico mihi uidenť auspicati: quando cum apud Græcos omnes, tum barbarorũ plurimos, semen hoc & frequẽtissime & summa cum
B utilitate usurpatur. Inter tritica aũt plurimum habent alimenti, quæ densa sunt, totaq; substantiam habent adeo compactam, ut dentibus uix diuidi queat. Talia enim exigua mole, corpora plurimũ nutriunt: quæ uero ijs sunt contraria, quæq; dentibus quidem facile frãguntur, fractaq; rara ac laxa apparent, magna mole exiguũ reddunt alimentũ. Quòd si utrorũq; parem modũ pendere libuerit, quę densa sunt, multo grauiora esse cõperies. Hęc autẽ sunt, colore etiã laxis flauiora. Explorare autem horum naturã non simpliciter oportet, superficiem externã duntaxat contemplando, sed diuidendo quoq;, ut diximus, ac frangendo: multa enim quę extrinsecus flaua ac densa fuerunt uisa, rara intus ac laxa albaq; apparuerunt. Quæ sane fur-
C furis habent plurimũ: & si quis posteaquã molita sunt, tenuissima farina excussa, ex reliquo panes, quos πιτυρίας, id est, furfuraceos appellant, fecerit, parum quidẽ ipsos alere, uentrem uero multis excremẽtis implere experietur: ob eamq; causam facile etiam subsidere. Præterea ꝙ furfur nonnihil facultatis habet detersoriæ, merito intestinis irritatis celeris eorum fit deiectio. Iis aũt contrarij quidem sunt panes purissimi, plurimum ponderis exigua mole habentes: omnium uero panum tardissime dejiciuntur. Videbis sane illorum massam admodum lentam, ita ut q̃ longissime indiuulsa trahatur. quod corporis lenti est propriũ. Merito igitur ij quidẽ & fermento copiosiore indigent, omniumq; maxime subigere eos oportet: nec statim
D post fermentũ & subactionem assare. Furfuraceis uero paucum fermentũ, & lenis subactio, breueq; interuallum sufficit. Pari modo qui puri sunt, assationem diuturniorem: furfuracei, breuiorem postulãt. Porrò nõ pauca est inter purissimos, ac sordidissimos, minoris maiorisq; ratione latitudo, cũ alios quidem puros, alios sordidos & uocemus, et reuera sint. Est autem & alia panum species inter hos plane media, quos αὐτοπύρους appellant: medici autem ueteres ipsos nominabant συγκομιστός. Cæterum quòd hi fiant ex farina à furfure non separata, & furfure à pura farina non separato, omnibus id est perspicuum: illinc enim nomina ipsis indiderunt: αὐτοπύροις quidem, quòd ὅλος αὐτὸς ὁ πυρός, id est totum ipsum triticum, nulla sui parte adempta in panificium cedat: συγκομίστοις au-

tem, ꝙ ad ipſos conficiendos tota farina nuſquam
à furfure ſeiuncta συγκομίζηται, hoc eſt, compor
tetur. Verũ & inter hos ipſos, qui ad unguem me/
dij inter furfuraceos & q̃ puriſſimos panes eſſe ui
dentur, nõ parua eſt pro tritici natura differentia.
Siquidem ex denſo ac graui tritico, pręſtantiores:
ex laxo autem ac leui, panes ſunt deteriores. Et a/
pud Romanos quidem ut & apud alios propemo
dum omnes, quibus ipſi imperant, panis quidem
puriſſimus σιλιγνίτης, id eſt, ſiligineus: qui autẽ
huic eſt ꝓximus, σεμιδαλίτης, id eſt, ſimilaceus,
nuncupatur. uerum σεμίδαλις quidẽ græcum no
men eſt & antiquũ: σιλιγνις uero neq; græcũ eſt,
neque ipſam aliter poſſum exprimere. Inter panes
igitur, ſiligineus plurimũ alimentum pręſtat: poſt
ipſum autẽ, ſimilaceus: tertio loco, medius qui &
συγκομιστὸς & αὐτόπυρος dicitur: quartũ poſt hũc
eſt ſordidorũ genus: in quibus furfuraceus eſt po-
ſtremus, minimumq; omnium nutrit, & omnium
maxime per aluum ſubſidet. Concoctu autẽ inter
panes ſunt facillimi, qui plurimũ ſunt fermentati,
& pulcherrime ſubacti, quiq; in clibano igne mo/
derato fuerunt aſſati. Nam ignis ardentior primo
ſtatim occurſu ſuperficiẽ externam circumurens
in teſtę modum indurat, acciditq; duplici nomine
prauum panem fieri: priori quidem, quòd partem
internam habeat crudam atq; illaboratã: poſterio/
ri uero, quòd externam ſiccam habeat, ac præaſſa/
tam ac teſtaceã. Porrò ignis moderato remiſſior,
panẽ minus belle elaborat, ſed ipſum crudiorem
relinquit, & maxime partem omnem eius inter/
nam. Qui autem in igne moderato, longiore ſpa/
tio ꝑ totos ſeipſos æquabiliter aſſati fuerint, ij tum
belliſſime in uentriculo cõcoquentur, tum ad cæ/
teras actiones, quæ coctionẽ conſequuntur, erunt
accõmodatiſſimi. Peſſimi autem panes ij ſunt ha/
bendi, quibus nihil memoratorũ ante, adeſt. Cum
autẽ iam fines probitatis & prauitatis in panibus
conſtituerimus, nemo iam eſt, qui non uel tacenti
bus nobis facile intelligat, alios eſſe panes, qui aut
optimis, aut deterrimis ſint propinqui: alios por/
rò ab illis diſcedere, tum alios quoſdã inter utroſ/
que hos locum mediũ obtinere. Proinde quemad
modum prius de melle admonuimus, non ſimpli/
citer eſſe pronunciandũ, ipſum ſalubre eſſe aut in/
ſalubre, ſed pituitoſæ quidem naturæ, hoc eſt, hu/
midiori ac frigidiori q̃ temperata, ipſum eſſe ſalu/
bre, nec minus etiam ſi ea natura tãtum fuerit fri/
gidior ſine multa humiditate, aut humidior ſine
multa frigiditate: calidis autem temperamẽtis, ac
his etiam multo magis calidis ac ſiccis, haudqua-
quam ipſum conuenire: Ita panum quoq; is athle/
tæ quidem eſt accõmodus, qui neq; belliſſime eſt
aſſatus, neq; multũ habet fermenti: priuato autem
& ſeni, qui belliſſime quidẽ in clibano eſt aſſatus,
fermenti autẽ habet multum. Porrò qui fermento
omnino caret, nemini prorſus eſt accommodus.
Quòd ſi caſei aliquid inſuper addatur (ut ruſtici
apud nos feſtis diebus ſolẽt apparare, eoſq; panes
ipſi uocant ἀζύμους, id eſt fermẽti expertes) eiuſ/

A modi prompte omnes lædunt, etiam ſiqui fortiſſi
mo ſint corporis habitu: cuiuſmodi ſunt meſſorũ,
ac foſſorum robuſtiſſimi. Ab his nãq; facilius con
fici uideas panes ἀζύμους, ut bubulã etiam ac hir/
cinam, q̃ à grauibus athletis. Quid iam loquar de
ouilla aut caprina? cum in Alexãdria aſinina quo
que ueſcant: ſunt qui & camelina. Ad ipſarũ enim
coctionem nõnihil confert tum conſuetudo, tum
uero earum carnium, quæ ſumuntur, parſimonia:
ac deniq; ipſa totius corporis inanitio, quę illis ne
ceſſario accidit, qui toto die in priuatis operibus
ſeſe conficiunt. Carnes em̃ inanitę rapiunt ex uen
tre ſuccum non modo ſemicoctũ, ſed nonnunquã
etiam omnino crudum atq; incoctum, cum cibo
ſumpto operib. ſeſe reddiderint: ob eamq; cauſam
B ij grauiſſimis morbis poſtea prehenduntur, & an/
te ſenectam intereunt. Quæ cum uulgus ignoret,
illos ob corporis robur beatos prædicat, cum ea
eſſe & cõcoquere ipſos uideat, quæ nemo noſtrũ,
neq; edere queat, neq; coquere. Quòd autem eo/
rum pleriq; qui laboribus ſeſe confecerunt, à pra-
uis cibis minus lædantur, in cauſa eſt, quòd ijs ſo/
mni ſint profundiores, quæ res ad coctiones mul/
tum ipſis adfert momenti. Quòd ſi ipſos plures or
dine noctes inſomnes ducere coegeris, morbo ſta
tim corripientur. Illi igitur unicum hoc ad prauos
cibos coquendos habent cõmodum: Athletæ ue/
ro alimentis utuntur nõ optimi ſucci, ſed craſſi ac
uiſcoſi, illi quidẽ qui inter ipſos ſunt graues. quo
nomine paleſtritæ potiſſimũ appellantur: nunc ue
C ro & pancratiaſtæ & pugiles ita appellãtur. Cum
enim id ſolum eis ſit propoſitum, ut ad certamina
ſeſe comparent, in quibus interdum totum diem,
aut luctari, aut παγκρατιάζειν cogũtur, idcirco ci
bo indigẽt corruptu ac euaporatu difficili: talis au
tem eſt, qui ſuccũ habet craſſum ac uiſcoſum, cu/
iuſmodi potiſſimũ eſt cibus ex carnibus ſuillis &
panibus, ut diximus, adparatis: quibus ſoli uere
athletæ ueſcuntur. Quòd ſiquis priuatus, & ab e/
xercitatione alienus, eodẽ cibo uti uoluerit, celer/
rime in morbum plenitudinis incurret, Græci uo
cant πληθωρικὸν: quemadmodũ ſi homo utens e/
xercitationibus, oleribus, ac ptiſanæ ſucco alere/
tur, totũ ſuũ corpus celeriter labefactarit, ac confe
cerit. Porrò ſiquis noſtrũ panibus illis utatur, qui/
D bus dixi athletas uti, ſuccus ex eis abũdabit craſ/
ſus ac frigidus, qualem proprie crudum ſuccũ no
minare cõſueuimus. Eſt ſanè & pituitę ſuccus cru
dus & frigidus, non tamen craſſus, ut qui humidi
tatem multam habeat, & ſpiritum flatulentũ. Cru
dus autẽ ſuccus proprie nuncupatus, talis eſt, qua
le id apparet, quod in urinis ſubſidet, puri quando
que adſimile: uerũ pus & graueolens eſt & lentũ:
crudus uero ſuccus, craſſitie & colore illi dũtaxat
eſt ſimilis, ut qui neq; graueolens eſt, neq; lentus.
Non tamen febricitãtibus quidem ex crudorum
humorum copia ſolis in urinis ſubſidet, cuiuſmo/
di dixi: ſed & ſanis, qui poſt multos exanclatos la/
bores, cibos duros ac confectu difficiles eſitant.
Verũ de alijs quidem poſtea tractabimus. Nunc
uero

uero, quoniã de panibus primo statuimus disfere A
re, ijs quæ à nobis dicta iam fuerunt, hæc adijcia/
mus. Omniũ quidẽ optimi sunt clibanitæ, ad eũ
quẽ præscripsi modũ, tũ assati, tũ ad assationẽ præ
parati. Proximi autẽ ipsis sunt, qui in minori fur/
no assantur ἰπνῖται nũcupati, eodẽ uidelicet quo
prædicti, modo præparati: sed quia in profundo
nõ similiter assantur, ob id ab ipsis relinquũtur.
At qui super craticulã, aut cineres calidos, aut fo/
ci pauimentũ ceu clibanũ assant̃, praui om̃es sũt,
ut qui inæqualiter se habeant. Nam partes ipsorũ
extimæ supra modũ sunt assatæ; intimæ autẽ cru/
dæ. Cæterũ ijs, quos propterea ꝙ cineribus tecti
assantur, subcinericios nũcupant, cineres ipsi pra
uitatẽ aliquã aspergunt: quapropter omniũ panũ
hos (si ipsis cætera omnia ante pariter adfuerint) B
quod ad assandi saltẽ modũ attinet, propemodũ
dixerim esse deterrimos. Oportet em̃ semper ea
de quibus agitur, ita accipere, ut quæ inter se cõ/
parantur, in illis duntaxat de quibus agit̃, mutuo
dissideãt. Quãdoquidẽ si quę pluribꝰ inter se mo/
dis discrepãt, cõtuleris: q̃ de singulis ipsis mẽbra
tim & seorsum dixeris, ea om̃ia collecta habebũt.
De panũ igitur differẽtia abunde dictum est.

De placẽtis, quæ ex farina triticea fiunt, Græci πέμματα uocant.

DE alijs autem placentis quæ ex triticea fari-
na parantur, dicere nũc fuerit oportunum.
Ergo quos Attici quidem ταγηνίτας: nos autẽ
Græci, qui Asiam colimus, τηγανίτας appella/
mus: parantur autẽ ex solo oleo. Oleum autẽ so/ C
lum in sartaginem, igni fumi experti impositam,
inijcitur: quod ubi incaluerit, triticea farina mul/
ta aqua imbuta, ei adfunditur: quæ celeriter dum
cũ ipso oleo coquitur, cogitur ac densatur, instar
casei teneri in calatho concrescentis. tunc autem
iam ipsam uertunt, superficiem quidem ipsius su/
periorem infra constituentes, ut ipsa sartaginem
etiã tangat. quod uero prius erat inferius, quodꝗ
abunde iam est coctum, sursum in sublime tollen
tes, ut iam sit in superficie, & cũ iam quod modo
infra est, concreuerit, postea uertunt ipsam bis for
te aut ter, quoad tota placẽta ęqualiter ipsis cocta
uideatur. Perspicuum sanè est, quòd ipsa quidem
crassi est succi, quodꝗ uẽtrem cohibet, & succos
crudos gignit: quapropter & à quibusdam mellis D
quidpiam ei admiscetur: sunt qui & salem marinũ
miscent. Fuerit autem iam id quidem placẽtæ ge
nus quoddam aut species, aut quocũꝗ modo ap/
pellari libeat, quẽadmodum & alias quasdam pla
centarum species, tum rustici homines, tum urba
norum pauperrimi ex tempore componunt. Itaꝗ
quæ πέμματα ἄζυμα in clibano assant, atꝗ mox
quàm extracta sunt, in mel calidum, ut id in tota
sese recipiant, inijciunt, placentæ etiam sunt ge/
nus quoddam: præterea, omnia quæ cum melle
ex itrijs apparantur.

De uaria itriorum compositione.

DVplex autem est itriorum species. præstan/
tior quidẽ, quam rhyemata: deterior uero,
A quam lagana appellant. Quæ sane ex his ac simi/
lagine cõponuntur, crassi sunt succi, & tarde sub/
sident, iecorisꝗ meatus per quos fertur alimentũ,
obstruunt, lienis imbecillitatẽ augent, calculos de
niꝗ in renibus gignunt. Quòd si cocta belle fue/
rint, atꝗ in sanguinẽ mutata, admodum nutrient.
Quæ uero cum melle parantur, mistam habẽt fa/
cultatem. Cum enim mel ipsum succũ habeat te/
nuem, & ea quibuscum miscetur, tenuet: factum
merito est, ut quæ mel copiosius, dum parãtur, as/
sumpserint, quæꝗ diutius cocta fuerint, minus
tarde subducãtur, succumꝗ ex tenui & crasso mi/
stum generent: iecori uero, renibus, & lieni, in re/
cte quidem habentibus, magis q̃ꝫ ea quæ sine mel
le parata sunt, conducant: In ijs uero qui obstru/
B ctionis principium habẽt, aut inflammatione, aut
scirrho sunt obsessi, nihil minus, q̃ꝫ illa nocent, nõ
nunquam etiam longe grauius: & multo omniũ
maxime, quorũ farina fuerit admodũ lenta. Suc/
cus nanꝗ qui ex ijs proueniet, nõ modo propter
crassitiem ferri prorsum inhibetur, uerũ etiam in/
trinsecus angustis uasorũ finibus circũfixus adeo
impingitur, ut haud facile solui queat: atꝗ ita ui/
scus læsum, ijs qui ita sunt affecti, sensum ponde/
ris exhibet, ciborum ac potuum tenuantium ope
indigens. Scripsimus autem alibi uno libro de ui/
ctu attenuante. Nihil tamen eorum, quæ ita sunt
parata, neꝗ thoracem, neꝗ pulmonem offendũt.
Verũ de edulijs quidem, quæ crassum ac lentum
succũ generãt, alio loco postea disseremus. Sermo
C autẽ, qui nunc in manibus est, postulat, ut cum a/
lia quæ adhuc exposuimus, memoria teneas, &
omniũ potissimũ, panum facultatẽ, ꝙ eis assidue
utamur. Nec sanè obfuerit, quæ de ipsis diximus,
summatim repetere. Optimus certe panis ac salu-
berrimus fuerit homini neꝗ iuueni, neꝗ exercita
tionibus dedito, qui tũ salis, tũ fermenti habet plu
rimũ, quiꝗ plurimũ ab artifice ante q̃ꝫ formetur,
& assetur, sit subactus, & (ut supra diximus) in cli
bano mediocriter calido assatus. Modũ uero fer/
menti ac salis, gustu iudicato: quod nãꝗ in largio
ri horũ mistura iam offendit, prauum. Quatenus
igitur gustus nullum adhuc sensum tristem ex ea
mistura percipit, eatenus ipsorum copiam augere
præstiterit.

De pane loto.

D POrrò, qui panis abluẽdi rationem excogita/
runt, minoris sanè alimẽti cibum, sed qui ab
obstructionis noxa absit quoad licet longissime,
inuenerunt. Siquidẽ panis hic succũ habet mini/
mũ crassum ac lentũ, ut qui ex terrestri aereus sit
factus. Eius porrò leuitas apparet, cũ per staterã,
tum ꝙ in aqua non submergatur, sed instar sube/
ris supernatet. Cæterum id edulium quod ruri a/
pud nos coquũt, quod ex multa triticea farina la/
cti mista constat, scito ex ijs esse, q̃ intus obstruũt.
Vt igitur cibi ij omnes boni sunt succi, & multi
alimenti, ita eos qui ipsis assidue utuntur, lędunt,
obstructiones in hepate parientes, & in renibus
calculos gignentes. Cum enim humor crudus lẽ/
torem assumpsit, & transitus per renes quibus/

dam natura sunt angusti: ibi quod crassissimũ est, ac maxime lentum, diutius moratum, πῶρον, id est, tophum prompte gignit: cuiusmodi in uasis in quibus aquam calfacimus adcrescit, aut ad saxa adfigitur in plerisq; aquis calidis sponte nascẽtibus. Confert autem ad id maxime renum ipsorũ tẽperamentum, quãdo ipsorum calor acris fuerit ac ueluti igneus. Ex eo autem genere sunt & πῶροι, qui in arthriticis generantur. Fluit enim semper quod in corpore redundat, in partes imbecillimas, pro suaq; ipsius natura, in ipsis affectum excitat. Cæterum cũ postea de lacte agemus, de omni ipsius usu trademus, queadmodum certe & de cibis incrassanttibus: quandoquidem & alia quędã sunt, quæ eã habent facultatẽ.

De alica.

Alica ex genere est tritici, ualenterq; nutrit, succumq; lentum habet, siue in aqua duntaxat coctam cum mulso, aut uino dulci, aut etiã adstringente (nam horũ quoq; suo proprio tẽpore utimur) siue cũ oleo saleq; frixã sumas. Nonnunquã autem & acetũ illi iniicitur. Atq; præparatã eo modo alicã, medici ptisanæ confectionẽ fuisse dictitãt: quidã autẽ dicunt ex alicæ ptisana, ægrorũ fuisse cibatũ. Veterũ uero nõnulli, ut Diocles & Philotimus, ptisanã triticeam, alicã hoc modo structã appellitant. Quapropter eius nomẽ apud antiquos est rarũ, queadmodum & sitanii: ipsum enim communi nomine, triticũ nuncupant. Dictum porrò est in libro Hippocratis de ratione uictus, panes ex alica factos, plurimi esse alimenti, sed minus subsidere: præterea similaginem & alicã coctam ualentis ac multi esse alimenti. Proinde usum huius multũ uitare conuenit, idq; potissimũ quibus iecur obstruitus, aut renes calculis gignendis sunt appositi. Maxime præterea intẽtos esse conuenit iis sorbitionibus, quæ ex alica lota nuncupata parantur. Succus naq; ipsius hic est aquæ cõmistus, qui cũ coctionẽ postulet plurimã, præparãtibus quidẽ ipsum, quasi satis coctus sit, imponit. Aegrotus uero, quibus ipsum parant, lædit non minimũ. Celeriter enim, quod instar glutinis sit lentus, concrescit ac densatur. Oportet igitur ipsum multa aqua admistum, super carbones coquere, plurimũ mouẽdo, quoad exacte coctus fuerit: tum uero salis quidpiam etiã iniicere. Oleũ autem etiam si initio statim immiscueris, nihil fuerit incõmodi. Sed id quidem obiter sit dictum: ad medendi enim rationẽ, non ad præsens institutũ, pertinet. Quòd siquando sani ob uehementẽ uentris mordicationem, siue ob biliosi humoris multi transitum, siue ob aliud id genus, sorbitione eguerint: iis alicam plurimum coctam, usque dum extabuerit, deinde colatam, atque ita comparatam, ut ptisanæ succo colato sit persimilis, sorbendam tunc exhibeto. Eadem autem lotæ alicæ parandæ est ratio.

De tritico in aqua elixo.

Nisi ipse aliquando triticum in aqua elixũ comedissem, nunq̃ aliquẽ eius usum in cibo esse credidissem. Neq; ẽm fame grassante ad hunc
A utendi modum quis accesserit, cum suppetẽte tritico, panem ex eo facere possit. In cœna uero quędam elixum frixumue cicer, & alia quædã semina similiter parata, pro tragematibus, quę uocant, sumuntur: ita triticũ elixum à nemine sumitur. Ob eas sanè causas nunquã credidissem quẽpiam triticum elixum esitasse. Cum autem & ipse aliquando rus procul ab urbe cum duobus adulescentibus meis æqualibus profectus, rusticos iam cœnatos deprehendissem, & mulieres sese, ut panem facerẽt, accingere (pane ẽm carebãt) unusq; ex ipsis repente triticum in ollam coniectum coxisset, deinde sale mediocri cõditũ, ut ederemus, esset hortatus (cogebamur autẽ id facere, ut par est, qui nimirum iter confeceramus atq; esurieba
B mus) abunde certe comedimus, pondus tamẽ in uentriculo sensimus, ut lutum ipsi incumbere uideretur. Et cum postero die nõ coxissemus, totũ diem cibum ita fastidiuimus, ut nihil edere potuerimus: præterea flatulento spiritu eramus pleni, caputq; dolebat, & oculi caligabant. Neq; ẽm per aluum quidquam excreueramus, quod unicũ in cruditatibus est remedium. Rogabam igitur rusticos, num & ipsi aliquãdo elixũ triticum edissent, tum quonam pacto fuissent ab illo affecti. Illi uero & esitasse se frequenter, eadem qua nos necessitate compulsos, responderunt, triticumq; ita præparatum graue & concoctu difficile esse edulium: quod sanè uel citra experimentũ colligi facile poterat. Quãdo ẽm ne ipsius quidem sumpta farina,
C ut ante retulimus, concoctu sit facilis, nisi per salem, fermentum, misturam, triturationem, clibanumq; elaborata fuerit: quis non intelligat illaboratum triticum esse contumacissimum? Vires tamen triticum habet magnas, si sic sumptum, concoquatur, nutritq; ualide corpus: ac robur insigneis, qui ipso usi fuerint, conciliat.

De amylo.

Amylum ex tritico conficitur, partes exasperatas leuigandi uim obtinens: quæ substantiis omnibus consistentia siccis est cõmunis, quæ neq; astrictionẽ, neq; acrimoniã, neq; aliã quãuis facultatem habent insignẽ, quas substantias iure ἀποίους, id est, qualitatis, q̃ sensu deprehẽdi queat, expertes, appellant: qualis inter humidas substan-
D tias est aqua. Cæterum amylũ similem panibus lotis habet facultatẽ: nã ut illi, minus, q̃ panes non loti, corpori præbet alimentũ, & nõ calefacit, cũ cæteri panes calefaciant. Quod uero ad triticũ in aqua elixũ attinet, cũ eo amylum ne cõferendum quidẽ est, cũ palàm, id tũ calfaciat, tũ ualenter nutriat, si cõcoctũ fuerit: id quod factu (ut diximus) est difficile.

De hordeo.

Hoc semẽ in usu frequẽti apud homines est, quod non eandem cum tritico habet facultatẽ. siquidem hoc palàm calefacit, illud uero nõ modo nõ calefacit (quomodo nõnulla, quę in medio sunt calefacientiũ & refrigerantium, ut amylum, & panis lotus) sed quoquo modo ipso utare, siue panes ex ipso feceris, siue ptisanã coxeris,

siue

siue ἄλφιτα, id est polentã feceris, uim quandam A refrigerandi habere cernitur. Dissidet præterea à tritici natura, succi specie, quam utrunq; ipsorum gignere cõsueuit. Siquidem triticum, crassum ac lentum: hordeũ autẽ, tenuem & nonnihil detersorium succũ in nobis gignit. Quoquo igitur modo hordeũ parauerís, nunq̃ corpus calfacit: sed uarie pro modo præparatiõis humectat ac siccat. Quãdoquidẽ polẽta, quæ ex frixo hordeo est facta, siccare perspicue cernitur: ptisana autẽ humectat, cũ saltẽ, ut decet, fuerit parata, hoc est cũ in coctione q̃ plurimũ intumuerit, postea igne lento per multũ ociũ in chylũ fuerit redacta. Acetũ autẽ ei tũc admiscetur, cũ planè intumuerit. Cum uero cocta exacte fuerit, sub edendi tẽpus salẽ tenuẽ inijcere oportet. Oleum autẽ si initio statim inieceris, co- B ctioni nil nocueris. Aliud tamen nihil est miscendũ, nisi uelis anethi aut porri quidpiã, idq; initio statim, immiscere. Video autẽ à cocis oĩbus ptisanã pessime cõparari. In mortario nanq; crudam ipsam tundentes, nõ ad ignẽ coquẽtes, dissoluũt. Sunt qui amylum etiam inijciant, ut per coctionẽ in chylum copiosum uideatur esse redacta. Talis certe ptisana merito maxime est flatulenta, & cõcoctu admodum difficilis. Quæ uero in ptisana recte comparanda, prætermisi, ea adijcere oportet. Crudam ptisanã aliquandiu in aqua præmaceratã, deinde in mortariũ iniectã manibus terere conuenit, asperam quãpiam rem in se habentibus, cu iusmodi est quod uocant spartũ, ex quo iumentis soleæ nectuntur: usq; eò autẽ terendũ, dum prępo- C situs ac qui in superficie est, cortex sit abiectus. is eñ, quo uestitur ceu tenui tunica, non totus inter pinsendũ abijcitur. Quapropter & pręmaceratur, & in mortario tunditur. Quòd si nõ quicquid est aceris, deciderit, elixa ptisana magis quidẽ deterget, nullam autem aliam noxam accipit. Pessima est autem ptisanę præparatio, cũ ubi coci crudam ipsam in mortario cũ aqua cõtuderint, deinde parumper coxerint, ἕψημα καὶ σίραιον, id est, sapã inijciunt. Quidam autẽ cũ his mel quoq; & cuminũ inijciunt, cinnũ quendã uerius q̃ ptisanam cõparantes. Verum quæ probe parata fuerit, utilitates, quas memorat Hippocrates, tũ sanis, tũ ægrotis hominibus præstabit. siquidem lentor eius, ut inquit, leuis, & cõtinuus, & blãdus est, & lubricus, D & humidus moderate, sitimq; arcet, & ad abluendum, siquid opus erit, est idoneus: neq; adstrictionem habet, neq; tormina gignit, deniq; in uentriculo non exturgescit. si quidem inter coquẽdum intumuit, quantum plurimum intumescere poterat. Hæc certe nobis in præsentia de ptisanæ facultate suffecerint, non medendi rationem tradentibus, sed alimentorum duntaxat uires explicantibus: quanquam in sermonis transcursu ipsorum usum quoq; attingimus.

De panibus hordeaceis.

NVnc certe ad hordeaceos panes trãsire fuerit tempestiuum, quos homines eodẽ, quo triticeos, modo parant: sunt autẽ non modo triticeis, uerumetiam olyrinis, & multo adhuc magis typhinis friabiliores, nihil in se lentoris, ut illi, habentes. Ex quo perspicuum est, q̃ exiguũ corpori præbent alimentũ, & potissimũ si facti ex peiore hordeo fuerint, ex quo Hippocrates ne ptisanã quidem fieri uoluit. neq; enim, dum coquitur, succum copiosum ex seipso emittit. Laudatissimũ autem est, quod candidum, ubi pinsitũ est, apparet, nõnihilq; dẽsitatis ac põderis (quantũ hordeo datum est) habet. Porrò quod totũ plenũ est, & circunscriptionẽ externam habet tensam, melius eo est, quod gracile est ac rugosum. Verum id quidẽ seminum omnium cõmune tibi esto indiciũ: nisi forte aliquãdo molem multo q̃ pro sua natura habeant maiorẽ, sintq; molliora ac laxiora: scito eñ ea humiditatem habere superfluam, prædictisq; esse deteriora. Ob eamq; causam non cõuenit ijs post collectionẽ uti, sed ubi ea in locis siccis repo sueris, diu ab eis abstinere, quò interea pars quidem humoris superflui exhalet, pars autẽ etiã coquatur, quoad siccata mediocriter contrahantur. Defluit eñ à plantis seminib. & fructibus, postq̃ collecta fuerint ac reposita, primũ quidem quidquid in ipsis aquosum est ac tenue, post autem & nonnihil humidi naturalis. Cum eñ substantiam habẽt iusto sicciorẽ, sunt ijs deteriora, quę ad summũ bonæ habitudinis peruenerũt, non tamẽ iam omino sunt praua. Quinimo ijs affectibus, quos siccando corrigere oportet, sunt utiliora. Quæ autem diutissime fuerunt reposita, uires habent imbecilliores. Huius porrò terminus sit, cũ ab ipsis diuisis puluis quidã tenuis excidit. Hæc itaq; semel nunc dicta, in oĩbus memoria teneto. Non enim libenter de ijsdẽ sæpe eadẽ repeto, nisi quando necesse uidetur, nudũ dũtaxat caput memoriæ causa repetere. Ad panes autẽ hordeaceos, de quibus dicere institueramus, reuersi dicamus, in ijs quoq; quasdã esse differentias, illis, quas paulo ante in triticeis recẽsuimus, respõdẽtes. Oẽs nãq; triticeis multo minus alũt, qui tamẽ ex præstãtissimo hordeo cõficiũtur, minus à triticeis in eo superant: qui uero ex laxo ac leui, panibus furfuraceis respõdent. Panes autẽ ex hordeo eiusmodi citissime per aluũ subducũtur, qđ reliquis nõ minimũ accidit, si triticeis eos contuleris. Quæ porrò inter hos mediæ panũ hordeaceorũ sunt præparationes, similes sunt ijs, quas in triticeis retulimus.

De polenta, quæ Græce ἄλφιτον dicitur.

EX recẽti hordeo mediocriter frixo, laudatissima fit polẽta: cuius si copia non sit, nõnunq̃ & ex alijs ipsam cõficimus. Cum autẽ polenta oĩs, quæ recte sit facta, boni sit odoris, ea est sua ueolentissima, quæ ex optimo ac recenti hordeo, & qđ aristam non admodũ habeat siccam, est cõfecta. Compluribus autẽ per sanitatẽ mos est, eã sapa & uino dulci mulsoq; cõmistis, nonnunq̃ sola etiã aqua cõspersam, ęstate duabus tribusue ante balneũ horis bibere, aiuntq; sentire se hoc potu siti liberari. Si tamẽ cũ uino austero fuerit epota, uentrẽ desiccat. Polenta autẽ gentes quædã pro pane

pane utuntur: quod ego rusticos in Cypro facere A sum cōspicatus, tametsi ij frumenti plurimū metant. Veteres autem militibus etiam polentā præbebant. Romani tamen milites ipsius imbecillitatem damnantes, ea non amplius nunc utūtur. Exiguum enim corpori alimentum dat, priuatis quidem & omni exercitatiōe abstinētibus, satis multum: ijs autem qui quoquo modo exercentur, minus q̄ sat est. Porrò ex his humidis frixis fiūt mazæ, de quibus deinceps disseremus. Præsertim cum Philotimus in primo libro de Alimentis de ipsis copiosius disputans, quod in eis tamen erat utilissimum indeterminatum reliquerit.

De maza.

CViusq; eduliorum uires potes, uel ante certam experientiam ex ipsius natura cōijcere. B Etenim perspicacis ingenij uiro farina, quę plane tenuis est, & alba, & ab omni furfurea substantia pura, satis intelligetur, in uentriculo quoq; citius ac magis alterari, eoq; ꝓbius cōcoqui, & facilius in corpus distribui, prōptiusq; nutrire, ut quæ tota corporibus alēdis assimiletur, atq; apponatur. Quod autē in ipsa furfureū est, ac durū, ut extrinsecus in aqua dissolui non cernitur, eadē ratione ne in uentriculo quidem madefactū dissoluit, sed totū, ut sumptū fuerat, indiuiduum permanet atq; incōfectū. Hoc igitur non potest nec probe concoqui, nec distribui, propterea quòd uenarum orificijs, quæ ad uētriculū & intestina pertinēt, nihil prorsus cōgruit, neq; illabitur: quas res necessario sequitur, tum ut maior stercoris uis ex ipso aceruetur, C tum ut citius subsideat, partim propter ipsius copiæ pondus, partim etiā quòd furfureū omne qualitatē habet detersoriā. Quæ omnia siquis reputet, intelliget, tantū mazam in alendo corpore ab hordeaceis panibus relinqui, quantū hi à triticeis relinquuntur: quippe cū hordeum initio sua pte natura furfurē habeat non paucū, frixum iam eum ipsum habet, tum sicciore, tum fractu ac cōminutu difficiliorem: siccius autē est id, quod hoc est prestantius, ex quo corpus sumebat alimentū. Quo fit, ut maza panibus hordaceis ægrius coquatur, magisq; uentriculum flatu impleat, in quo etiam, si diutius manserit, turbationē excitat. Citius autem subducitur, si cōmista diutius fuerit, ac subacta. Quòd si mel quoq; addatur, citius etiam D ob id uentrem ad excretionem incitabit. Cæterū quod Philotimus opinatur, succum crassum, glutinosum, ac frigidū ex omni maza generari (quē ipse cū ꝓceptore suo Praxagora uitreū appellat) secus profecto habet: cum polenta neq; lentorem habeat, quod alicæ inest maxime, nec multum nutriat. At illū fefellit maza copiosior, ac diutius in uino dulci & sapa macerata: quam ipse, quēadmodum Athenienses τριπτήν, id est, tritā appellauit. quod eñ in ea triticæ massæ respōdet, ductile est, ac glutinosum, cū ob diuturnam macerationem, tum ob humoris polentę cōmisti crassitiem. Quēadmodū autem tritura multa cum crasso liquore, facit, ut trita farina, lenta appareat, etiā si ea ex milio sit: ad eundem modum succus ptisanę apparet lentus: tametsi nihil in sese habeat glutinosum, neque emplasticum, sed contra detersorium, atq; incisoriū: quod in cute nostra indicat, ipsius sordes eluens. Quòd si paulo postquam cuipiam sorbendam ipsam exhibueris, uomere ipsam feceris, pituitam quæ in uentriculo continebatur, deterget, & omnia uomitu simul cum ea eijciet.

De typha, olyra, & zeia.

MNesitheus quidem typhas tertio loco post triticū & hordeum numerat: Diocles autē de ipsis tradit diligentius, compendiosum scribēdi genus diffusæ accurateq; explanationi præponens. Eodē certe cōpendio de tritico, hordeo, alijsq; multis tradidit. Paulo autē de his Praxagoras, ac Mnesitheus copiosius scripserūt: attamen ne ipsi quidē satisfaciūt. Philotimus uero de quibusdā admodū copiose, de alijs autē egit ieiune: sunt & quorū ne meminit quidē, quēadmodum nec zeiæ, perspicuum autē est, q̄ nec præceptor eius Praxagoras. Quandoquidē nec Philotimus non modo eorū quæ ille scripsisset, nihil pretermisit, sed pleraq; etiam perpoliuit, atq; adiūxit. Illud uero mirū uideri debet, q̄ ne is quidē, qui librum de ratione uictus composuit (qui Hippocrati est adscriptus) quisquis is uir antiquus fuerit, nominis zeiæ mentionē unquā fecerit. Quòd si typhas à nōnullis putabat appellari zeias, id ipsum significasse oportuit: uerū satius forte fuerit ipsorū uerba adscripsisse. Diocles ergo in primo libro de sanitate ad Plistarchum (in quo ciborum facultates explicat) sic scribit, Post hordeum autem ac triticum, facultatibus sequuntur omniū maxime olyræ, typhæ, zeiæ, panicum, milium. In quibusdam autem exemplaribus zeiæ nomē omnino nō est. Quin & in quibusdam, non facultatibus, sed utilitatibus scriptum est, hoc modo: Post hordeum ac triticum utilitatibus sequūtur omnium maxime olyræ, typhæ, panicum, & milium, perinde ac si olyra semē esset à typha diuersum. Mnesitheus autem uno semine, duo nomina ait cōtineri, scribēs ad hunc modum, Ex seminibus ad nutritionem sunt appositissima triticum & hordeum: quod autem hæc deinceps sequitur, duplici quidem nomine nuncupatur: eadem tamen res est, alij enim typham, alij olyram nominant. deinceps ista adiungit, Post hæc autem sunt zeia, milium, & panicū. Diocli certe ea de typha et olyra scribere, quę modo adscripsi, satis uisum fuit. Mnesitheus uero particulatim quoq; de ijs postea tractauit, primū quidem de tritico & hordeo, mox de typhis, scribēs his uerbis, Reliquorum uero seminum typha quidem est optima. nam & nutrit admodum, neq; magno negotio conficitur. Panem autem ex zeia nemo affatim citra sanitatis dispendiū mādit. Quòd siquis ei pani non assuerit, etiam si minimū sumpserit, ægrotabit: est enim grauis & concoctu difficilis. Qui uero regionem colunt uehementer frigidam, eo semine coguntur nutriri, ipsumq; serere, q̄ frigoribus perstrenue resistat. Atq; hi principio

cipio

cipio quidē paulatim edere assuescunt, tũ quia in-
grati odoris est cibus, tũ quia rarus est in eiusmodi
regionibus frugũ prouentus. Post autē, ꝙ familia-
re sit eduliũ, accidit, ut facillime in corporibus cō
ficiatur. In summa autē statuere oportet, zeiã gra
uem esse ac concoctu difficilem, firmã ac mēbra-
nosam. Ex his Mnesitheus apertissime indicauit,
cuiusmodi semē uocare uelit zeiam, quæ in frigi-
dis regionibus colitur. Equidē nec ipse regiones
oēs hybernas peragraui, nec ab alijs audiui, qui
eas perlustrassent, semē aliquod esse frumētaceũ,
quod incolæ zeiam, aut zeam appellarent: utroq;
enim modo scriptũ inuenitur, in alijs priore sylla-
ba in ε & ι, in alijs autem in ε tantum desinente.
Credere tamen possum fieri potuisse, ut Græci se-
men id sic appellarint: barbari autē proprium ipsi
nomen indiderint. Conspicatus autem in multis
Thraciæ & Macedoniæ agris non aristã modo,
sed & plantã totam nostræ typhæ in Asia simılli-
mã, interrogaui, quodnã apud illos homines ha-
beret nomen. qui mihi omnes responderunt, plan
tam totã & eius semen βρίζαν appellari, priore syl
laba tribus his literis scripta, βρι: sequente, ζ &
α, in recto saltem casu: in accusatiuo autem cũ li-
tera ν. Ex hoc porrò semine panis fit grauis odo
ris, & ater, mēbranosam, ut Mnesitheus scripsit,
substantiã habens. Quòd si nigrum quoq; panem
(qui ex zeia fit) esse adscripsisset, facilius crederē
id esse semen, quod ab eo zeia nominatur. Est itē
in frigidissimis Bithyniæ locis semen quoddam,
quod zeopyrum nominatur, prima syllaba ι nō
habente, ut apud Homerum habet, cum ait,
Et zeia & triticum cũ fœcũdo hordeo & albo.
Ex eo autē panis fit præstantior, ꝗ qui in Mace-
donia aut Thracia ex briza conficitur. Ac ferè
quēadmodum nomē ipsum zeopyrum ex utroq;
nomine, zea scilicet & pyro, id est, tritico compo
nit: sic & substantia eius inter utrunq; media quo
dammodo est, ut si ex utroq; esset cōmista: proin-
de quanto tritico est deterius, tanto Thracia bri-
za est præstantius. Porrò urbium nomina, in qui-
bus semen id prouenit, sunt Nicea, Prusa, Crasso
polis, Claudiopolis, Heliopolis, & Doryle, qd'
quidem extremũ est Phrygiæ Asiaticæ oppidũ:
habet autem & Phrygia ipsa semē eiusmodi in a-
gro proueniēs, quēadmodum & aliæ quædam ur
bes finitimæ. Videre autem est panē, qui ex hoc
semine cōficitur, tanto eo, qui ex briza in Thra-
cia & Macedonia fit, esse meliorē, quãto triticeo
est deterior. Meminit zeæ & Theophrastus libro
septimo de plantis, sic scribens: Inter ea quæ triti-
co hordeoq; sunt similia, ut zeia, olyra, typha, aue
na, & ægilops, zeia est firmissima, copiosissimeq;
fructificat, multiplicē altamq; radicē effundit, cul
mo multiplici & crasso assurgens: fructus autē est
leuissimus, & cunctis animalibus admodũ iucun-
dus. Deinde subdit, Typha autē omniũ est leuissi
ma. nam calamũ unicũ, eumq; tenuem habet. qua
re solũ gracilius, nec uti zeia pingue ac fertile, ex-
poscit. Post hæc subiungit, Sunt autem hæc duo,

A zeia scilicet & typha tritico simillima. Hęc quidē
de zeia Theophrastus: Herodotus autem libro se
cundo ad uerbũ hæc scribit: Tritico hordeoq; ple
riq; uictitant. Apud Aegyptios uero his in uictu
uti, summũ dedecus putatur: utũtur autē olyris,
quas alij zeias cũ z nominant. Dioscorides quo
que in secundo de medica materia, hæc scribit:
Zeiæ duplex est genus, quorũ alterũ simplex, al-
terum δίκοκκον nominatur, quòd semen duabus
mēbranis conclusum gerat: nutrit autem hordeo
ualētius, tũ stomachũ iuuat. Panis ex ea fit, qui mi
nus tritico nutrit. Crimnon autē quod ex zeia &
tritico fit, ratiōe trituræ farina est crassius, ex quo
fit puls: nutrit abunde, & facile conficitur. Quod
uero ex zeia fit, uentrē magis cohibet, potissimũ
B si torrefacta prius fuerit. Præterea olyra eiusdē cũ
zeia est generis, sed minus aliquanto nutrit: panis
quoq; ex hac fit, & crimnon. Athera autem fit ex
zeia trita tenuiter sub mola: sorbetur autē non se-
cus ac liquida pulticula, plerisq; est accōmoda: in
cataplasmatisq; ea utimur. Tragi semen, alicę est
quidē simile, nutrit autē multo minus ꝗ zeia, qd'
multum aceris habeat, ob id & concoctu est diffi-
cilior, & aluum magis mollit. De zeia igitur hæc
sufficiant. Mnesitheum profecto iure quis demire
tur, ꝙ discrimen inter olyram ac typham non no-
uerit. Vtrunq; enim in Asia est frequens, & potis-
simũ in regione, quæ est supra Pergamũ, adeo ut
rustici ipsi panibus ex ipsis factis semper utantur,
propterea ꝙ triticum omne in oppida cōportent.
C Olyrini sanè, si modo ex bona olyra fiant, post tri
ticeos saltē sunt præstantissimi: secundi autem ab
his sunt typhini. Quòd si olyrini ex uitioso semi-
ne sint facti, typhini non erunt eis inferiores. Ca-
lidi uero panes ex laudatissima typha facti, olyri-
nis longe sunt præstantiores: asseruati uero dete-
riores seipsis euadunt. Cum enim massa illorũ sit
tenax ac ductilis, densatur maiorem in modum,
& maxime cum neglige̅ter parati fuerint, adeo ut
qui panē huiuscemodi, post unum aut duos dies,
ac multo magis sequentes aliquot, comederit, pu
taturus sit lutum uentriculo suo inesse. At calidus
adhuc cũ est, ab ipsis etiã urbanis expetit̃, ipsũq;
cũ caseo quodã mandũt, quem uernaculo nomi-
ne oxygalactinon appellãt. Porrò hunc quoq; te-
D nerũ esse oportet, & ipsum panē calorē clibani ad
huc retinere. Qui certe in hunc modũ est assatus,
nō rusticis modo, sed urbanis quoq; hominibus
in delicijs habetur. Qui uero triũ quatuórue dierũ
est, uel ipsis rusticis mandit̃ insuauius. Præterea
concoctu est difficilior, ac tardius per aluũ subdu
citur: quæ calido minime accidunt: qui tāetsi hor
deaceo, quod ad deiectionem pertinet, multũ re-
linquitur, non tamen in eo adeo, ut miliaceus est
uituperandus, Quinetiam corpus admodum, dũ
calidus est, nutrit, ut penè triticeo syncomisto
par sit. Habet autem typhę semē extrinsecus cor-
ticem ueluti olyra, & hordeum. uerum decortica-
tum, in panes congerit̃, omninoq; usui accōmo
datur. Nam & ex aqua manditur elixum, haud
aliter

aliter ac uocatus à rusticis apothermus, sapa, quã alij σίρεον, nos ἕψημα uocamus, iniecta: nõnunquam etiam cũ sale (quo modo me ipsum triticũ retuli comedisse) esitatur. Ex nobilissima autẽ olyra, cum ut decet, fuerit decorticata, nominatũ tragum conficiunt: quo plerique utũtur primum in aqua decoquentes, deinde ea effusa, sapam, aut uinum dulce, aut mulsum infundẽtes, superinijciũt & pineas nuces aqua præmaceratas, donec plurimum intumuerint. Quidam autem semẽ hoc, genere quidem, non tamen specie cum olyris idem esse affirmant. Sunt autem & alia permulta semina prædictis quidẽ adsimilia, nõ tamẽ eadẽ penitus specie: quæ partim in hordei ac typhæ, partim in typhæ olyræq;, aut olyræ & tritici medio sunt loco: quædam uero ad olyræ, alia ad hordei aut typhæ, alia ad tritici: ceu alia ad panici, alia ad milij naturam proxime accedunt. quæ nomina habent alia simplicia, ut in Italia ex quo alicã faciũt: alia composita, ut in Cappadocia quod uocatur γυμνόκριθον, id est, hordeum nudũ ac corticis expers, in Bithynia autem zeopyron. Verum satius fuerit eiusmodi nominũ ac seminum disquisitione omissa, de omnibus communi quodam sermone tractare. Quæ igitur parua mole multam reddunt substantiã, eamq; crassam ac uiscidam, optimi sunt succi, ac multi alimenti: non tamen facile per aluum secedunt. Quæ uero his sunt cõtraria, mollem quidem ac laxam habent substãtiam: partes autem ipsorum furfureæ, citius quidem subducuntur, sed alunt minus. In ijs ipsis quæ graueolentia sunt, & gustum quendam habent iniucundum, perspicuum est, quòd omnia & praui succi sunt, & coctu difficilia. Quòd autem exiguæ moli permultum insit substantiæ, tum ex põdere cum in statera appenduntur, tum ex farinæ copia cognosces. ea nanq; copiosa in ijs quæ cõpacta densaq; sunt substantia, ab exigua mole redditur. Porrò caliditatis & frigiditatis discrimẽ ante quidem quàm edantur atq; intrò in corpus sumãtur, cum ex colore & gustu facile tibi erit colligere, tum etiam ex usu, quem nobis foris applicata, adferunt. Postea autem quàm esitata atq; intrò in corpus sumpta fuerint, exactam sui dignotionem ac sensum, dum in uentre sunt, ijs qui sumpserint, adferunt, quòd calfaciant aut refrigerent, aut neutrum horum manifeste efficiãt. Quòd uero ad colorem naturalem attinet, in hordeis quidem & olyris est albus, in triticis autem subflauus: typhę autem uel triticis sunt flauiores. Quin & harũ corpus coactum est ac densum: quod fortassis ad seminis paruitatem nonnihil adfert momenti. est enim id tritico longe exilius. quanquam non desint, qui ipsum quoque in tritici numero ponant: uelintq; id semẽ esse, cuius Homerus meminit, cũ Hectorẽ equos suos alloquẽtem facit his uerbis: Triticum enim uobis primũ prædulce ferebã. Aiunt enim typham paruum triticum esse, eamq; equos sine noxa mãdere: uerum autem triticum, non sine noxa. Nec absurde certe typham quis triticum exile uocauerit, cum ei & colore & densitate & caliditate sit adsimilis.

De auena quæ bromus dicitur.

HOc semen in Asia est frequentissimum, & potissimum in Mysia, quæ est supra Pergamum, ubi & typhæ & olyræ uberrimus est prouentus: iumentorum autem est alimentum, non hominum, nisi utiq; aliquando extrema fame ad panes ex eo quoq; semine conficiendos, compellantur. Citra famem autem, coctum ex aqua manditur cum uino dulci, aut sapa, aut mulso, non aliter quàm typha. Calidum autẽ est admodum, nõ secus ac illa: quanquam non æque est durum: ex quo minus quoq; corpus nutrit, & panis qui ex eo fit, alioqui est insuauis, non tamen aluum aut sistit aut proritat, sed, quod ad id saltem pertinet, medium locum obtinet.

De milio & panico, quod elymon & milinem uocant.

HIs item in pane nonnunquã utuntur, urgente dictarum frugũ penuria: panis tamen qui ex eis fit, exigui est alimenti, ac frigidus. Perspicuumq; est, quòd præaridus est ac friabilis. nihil enim in se habet neq; lẽtoris, neque pinguedinis. iure ergo aluum humẽtem deficcat. Agricolæ autem horum farinam coquentes, deinde adipẽ suillum aut oleum miscẽtes esitant. porrò milium ad omnia panico est præstantius, suauiusq; editur, facile concoquitur, uentrem minus sistit, magis nutrit. Nonnunquam autem rustici farinã ipsorum lacti incoctam mandunt, non aliter quàm tritici: unde liquet, quòd id edulium, ipsum per se sumptum, tanto est præstantius, quanto lac utriusq; seminis naturæ ad boni succi procreationem, aliaq; omnia excellit. Dico autẽ alia omnia, concoctionem, uentris subductionẽ, distributionẽ, & ipsam in edendo dulcedinem ac uoluptatem. Nihil enĩ suauitatis seminibus ijs inest, præsertim panico, quod saltem in nostra Asia nascitur. nã apud alias gentes, ut in Italia, multo melius prouenit.

De leguminibus.

LEgumina appellãt, ea cerealia semina, ex quibus panis non fit, ut puta fabas, pisa, cicera, lentes, lupinos, oryzam, eruũ, cicerculas, aracos, eruilia, phaselos, fœnum græcum, lentẽ, & siqua sunt similia. De quorum omnium facultate deinceps tractabimus, ut cũ ea nota fuerint, usus ipsorum minus sit noxius.

De oryza.

SEmine hoc omnes in sistenda aluo utuntur, ipsum eodem modo, quo alicam, coquentes. difficilius tamen quam alica conficitur, & minus alit, ceu utique & in edendi suauitate ab ea quam plurimum relinquitur.

De lentibus.

NEmo ex his panem facit: aridæ enim sunt, ac friabiles: corticemq; habẽt adstringentẽ: & quæ ipsorũ est uelut caro, crassi est succi ac terrei, austeram qualitatem habens exiguam, cuius cortex multæ est particeps. Succus porrò in ipsis est, ut

est, ut ante retulimus, adstringēti cōtrarius. Quo- A circa, siquis in aqua ipsas coxerit, & deinde aquā sale, aut garo, aut cū ipsis oleo condiens sumpserit, potus is aluum deijcit. At ex his decoctis lentibus, ad eum modum quem retulimus, lens apparata, facultatē habet succo contrariam, ut quæ uētris fluxus siccet, stomachum, intestina, & totum denique uentrem corroboret. Quamobrem cœliacis & dysentericis, cibus est accommodus. Lens uero decorticata, ut illam adstringendi uehementiam, & ea quę ipsam cōsequuntur, amittit: ita magis nutrit, quàm quæ cortice spoliata non est, succum crassum prauumque gignit, tardeque commeat, non tamen alui fluxus desiccat, uti ea cui cortex nō est ademptus. Iure igitur, qui largius hoc edulio utuntur, elephantiasim, quam uocant, & can- B cros incurrunt. Siquidē crassa siccaque cibaria succo melancholico generando sunt idonea. Quare ijs duntaxat, quibus aquea in carnibus est καχεξίᾳ, lens in cibo utiliter præbet: ceu aridis & squalentibus, admodum damnose. Eandem ob causam uisum integrum & inculpatū hebetat, ipsum immoderate exiccans: ei uero, qui contrario modo se habet, confert. Menstruis autem purgationibus non est accommoda. crassum enim & tardifluum sanguinem reddit: at muliebri nuncupato profluuio est utilissima. Cum autem ptisana in eo saltem contrariam ipsi habeat facultatem, ex amborum mistione præstantissimum edulium componitur, quod homines nostrates phacoptisanā nuncupant, utrunque haud æquali portione miscē- C tes, sed ptisanæ minus inijcientes, ut quæ in succum uertatur, & in molem magnā attollatur: lens autem cocta, exiguum quendam tumorem asciscat. Hoc tamen edulium eodem quo ptisana modo comparatur, præterquā quòd satureia, aut pulegium adijcitur: quò fit ut suauius simul & concoctu facilius reddatur, cum ptisana illis minime gaudeat, sed solo anetho, porroque sit cōtenta. Pessime autem coci diuitibus lentem sapa adparant: quādoquidem lens haudquaquam incrassantium mistionem postulat, sed humidorū potius, & quæ suam ipsius crassitiem incidant. Cui uero sapa cō miscetur, iecoris obstructiones solet gignere, uiscerisque huius ac lienis inflammationes inauget, nisi melle addito, melior fiat. Perspicuum autem D est, quòd & scirrosos uisceris utriusque affectus, exacerbat. Quòd si suillam simul libeat coquere, ptisanæ quidem recētem, lenti autem sale iam diu conditam reperies accommodam: ceu utique quæ inter eas est media, quam νεαλῆ, id est, nuper salsam appellant, phacoptisanæ est accommoda, tū si suauitatem, tū etiam si coctionem spectes. Magis tamen lens cum salsis carnibus esitata, crassos humores augebit. Nam hæ quoque sanguinē crassiorem & melancholicum magis generant. Quapropter non est his copiosius utendum, & maxime si cui corpus sit aut melancholicum: aut crasso, aut (ut omnia complectar) prauo succo abundet. Hæc eadem & de regionibus, anni temporibus, & aeris constitutionibus, in quoque edulio intelligere oportet, ac autumno quidem melancholicis cibis ac siccātibus abstinere, hyeme uero eis uti. Quemadmodum sanè æstate humectantibus & refrigerātibus: uere autem quòd medij sit temperamenti, mediæ facultatis cibos edere. Est porrò mediorum non una species: quædā enim sunt huiusmodi, quòd extremorū omnino sint experta: quædam autem, ex amborum æque pollentiū mistione mediocritatem sunt adepta: quod paulo ante dixi, cum quis ptisanam lēte commiscuerit. Sic & teutlophacem, quæ ex beta & lente mistis, ita nominat, Heraclides Tarētinus nō sanis modo, uerumetiam ægrotantibus exhibebat. Est enī id edulium medium ex pugnantibus compositū, in quo beta quidem minus subsidet: lens autē magis subducitur. Perspicuum autem est, quod succus teutlophaces, qui in corpus distribuitur, ex amborū facultate, lentis uidelicet ac betæ, est mistus.

De fabis.

FAbarum quoque usus est multiplex. quippe ex ijs conficitur & liquida in ollis puls (Græci ἔτνος uocāt) & spissa in patinis. Tertius præterea ipsam præparandi est modus, qui fit cum ptisana. Plurimo sanè hoc edulio gladiatores quotidie apud nos utuntur, corporis habitum carne nō densa nec constricta (cuiusmodi est suilla) implentes, sed quodammodo fungosiore. Flatulentus est is cibus, etiam si coctus diutissime fuerit, ac quouis modo paratus, cum tamen ptisana tempore quo coquitur, flatum omnē deponat. Qui autem animum attēdunt, eosque affectus, qui cibos singulos manent, animo adsequuntur, sentiunt in toto corpore uelut à spiritu flatulento tensionem quandā, potissimum si quis huic cibo non est assuetus, aut ipsum non belle percoctum sumpserit. Habent autem fabæ substantiam, non densam nec grauem, sed fungosam ac leuē: quæ uim quādam, quomodo ptisana, habet detergendi. Apparet enī perspicue ipsarū farina, sordes à cute detergere: quod mangones ac mulieres intelligentes, in balneis quotidie fabarum farina utūtur, quemadmodum alij nitro, atque aphronitro, & in summa detergentibus. Hac præterea & faciem inungunt, quemadmodum ptisana. tollit enim lentes, quæ in summa cute apparent, & quam uocāt ἐφήλιν. Ob quam sanè facultatem uentrem non cunctanter permeat, ut quæ crassi sunt succi ac lenti, quæque nullam detergendi habent facultatem, cuiusmodi esse diximus alicam, tragum, similaginē, & amylum. Cū autem fabarū puls sit flatulenta, multo adhuc magis erunt flatulentæ, siquis integris ipsis coctis utatur. Si tamen frixæ fuerint (quidā enim hoc modo tragematum uice utuntur) flatum quidem deponunt, sed cō coctu sunt difficillimæ, tardeque prætereunt, & crassi succi alimentum corpori exhibent. Quòd si uirides, prius quàm maturæ sint, atque exiccatæ, edantur: idem eis accidet, quod fructibus omnibus, quos ante perfectam maturitatem mandimus, humidius scilicet alimentum cor

pori præbebūt: ob idq; excremētosius, nō in inte- A
stinis modo, sed in toto etiā habitu. Merito igit̃ fa-
bæ eiusmodi minus quidē nutriūt, sed promptius
deĳciunt̃. Pleriq; autē hominū nō crudas modo
fabas uirides comedūt, uerū etiā cū suilla eas co-
quūt, ueluti olera; ruri uero, cū caprina & ouilla.
Alĳ fabas inflare sentiētes, cepas admiscent, cum
pultē in patinis ex ipsis struunt. Sunt q cepas cru-
das nec simul elixas cū ipsa mandant. Quicquid
em̃ oīmibus cibariĳs inest flatulentum: id per calfa-
ciētia & tenuātia corrigitur.

De faba ægyptia.

FAba Aegyptia, sicuti nostrā magnitudine lō-
ge superat, ita et naturā habet humidiorē, ma-
gisq; excremētitiā. Quòd si memoria tenes, q̃ de
eiusdē generis quidē leguminib. uerū tēperamen-
to humidioribus, et ob id magis q̃ prędicta, in cō- B
coctiōe, excretiōe, distributiōe, et nutritiōe excre-
mētosis, nō est ꝙ plura nūc de hac faba audire de-
sideres. cū possis ex ĳs, q̃ de ea quæ apud nos est,
didicisti, ad illam transire.

De pisis.

PIsa tota substātia cū fabis quādā habēt simili-
tudinē, eodēq; cū fabis modo sumuntur. His
duabus tamē rebus ab eis discrepāt, tū quòd non
æque ac fabæ sunt flatulēta, tū etiā quòd detergē-
di facultatē nō habent: ideoq; segnius q̃ illæ per
aluum secedunt.

De ciceribus.

NOn admodū cōsuetū est urbanis hominib.
ex cicerib. pultē cōficere: à rusticis uero nō-
nunq; uidi parari: quēadmodū & ipsorū farinā cū
lacte elixari. Nō em̃ ut fabę & pisa, possunt cōmi-
nui, ut ex ipso fracto pulmentū, qđ ἐρυγμὸς dicit̃, C
fiat. Apud multas autē gentes mos est cicera in a-
qua elixa mādere: nōnulli uero nuda ipsa sola, alĳ
sale modico cōdiētes esitāt: nostrates uero ex sic-
cis caseis quiddā farinæ simile faciētes, id ipsis a-
spergunt. Est autē cicer eduliū nō minus q̃ faba
flatulentū, sed ualētius nutrit q̃ illa. Ad uenerem
autē incitat: creditūq; etiā est semē generare: unde
quidā equis admissarĳs ipsum exhibēt. Inest prę̄te-
rea cicerib. facultas abstergendi maior, q̃ fabis: a-
deo ut quidā ex ipsis, calculos in renib. cōstantes,
manifeste cōminuāt. nigra aūt sūt ea atq; exigua,
in Bithynia maxime ꝓueniētia, arietinaq; ipsa nū-
cupant. Satius autē est succū ipsorū in aqua coctū
bibere. Vtunt̃ autē homines & cicerib. adhuc ui-
rentib. anteq; sint matura, quomodo & fabis. Nu- D
per autē, cū de fabis ageremus, sermonē fecimus,
oīmibus immaturis fructibus cōmunē. Eadē por-
rò & de frixis ciceribus audiuisse existima, quę de
fabis frixis diximus. Quandoquidē frixa omnia,
flatū quidē deponūt: uerū difficilius coquūtur, &
uētrē magis sistūt, crassiorisq; succi alimentū cor-
pori exhibent.

De lupinis.

HOc quoq; semē πολύχηστον, id est, frequētis
usus esse nouimus, secundū alteram eius uo-
cabuli πολυχήστου significationē: quādoquidē rem
aliquā ita appellāt, tū quæ multis corporis affecti-
bus cōuenit, tū quę oīmibus, aut plurimis homini-
bus est in usu: etiā si utēdi ipsa omnibus unica sit
necessitas. Secundū igit̃ hanc secūdā significatio-
A nē, lupinus legumē est multi usus. Elixus em̃, de-
inde in aqua dulci maceratus tātisper, donec in ea
omnē sibi ingenitā exuerit insuauitatē, ita demū
māditur cum garo, ac oxygaro, uel etiā sine his, sa-
le mediocri cōditus, nō quo modo hordeū, et alia
q̃ uarie apparant̃. Lupini dura ac terrestris est sub-
stātia, quocirca ipse cōcoctu sit difficilis, succūq;
crassū gignat est necesse: ex quo nō ꝓbe in uenis
cōfecto, crudus ꝓprie appellatus succus aceruat̃.
Cæterū cū inter parandū quicquid habuit amari-
tudinis, deponat, τοῖς ἀποίοις, id ē, qualitatis, q̃ sen-
su deprehēdat̃, expertibus similis euadit. Par igit̃
est, ipsū neq; ad deiectionē, neq;, ut adstringentia,
ad fluētis uentris cohibitionē esse accōmodū, sed
tarde descēdere, & difficulter deĳci, ac pertrāsire.
B Quādoquidē medici cibos eius generis sic appel-
lāt, qui nullā eminentē habēt qualitatē, q̃ aluū ad
excernēdū incitet, aut ipsū excernere ꝓhibeat. Il-
læ quidē qualitates alimētis insūt, nō tanq; alimē-
tis, sed tanq; medicamētis. Quæ uero nullā eius-
modi qualitatē habēt manifestā, à medicis quidē
iure ἄποια appellant̃: secundū autē differētiā, quæ
in humiditate [& siccitate, crassitie] ac lētore spe-
ctat̃, accidit ipsis, ut tarde aut celeriter trāseāt, aut
medio modo inter hęc duo se habeāt: humidis q-
dē ac lubricis, ut celeriter: duris aūt & siccis, uelu-
ti lupino, tarde trāseāt. Quę uero in memoratis dif-
ferētĳs mediū inter hęc locū obtinent, nec celerita-
tē insignē, nec tarditatē in deĳciēdo efficiūt. Hæc
ergo quēadmodū de oīmibus cōmuniter, & hæc
C nosse oportet, ꝙ oīa scilicet, q̃ cōsistētia sūt humi-
diora, exiguū corpori dāt alimētū, qđ celeriter in
halitꝰ exhaurit̃ ac digerit̃: ut rursus alio nō multo
post sit opus. Cōtra dura & terrestria, ꝑdurabile,
copiosū, & qđ ęgre digerat̃, corpori dāt alimētū.
Quòd si glutinis q̃q; nōnihil habeant, multo hęc
oīa euidētius efficiēt. Cōstat itē hæc nō facile cō-
coqui, ceu utiq; nō facile in sanguinē uerti, nec so-
lidis aīalis partib. assimilari: qđ si ita est, nec celeri-
ter nutriēt, cū tamē uicta fuerint, alimentū corpo-
ri dant copiosum.

De fœno græco.

SEmen hoc nō τῆλις modo, sed & βούκερας. i.
bouis cornu, à nōnullis autē αἰγίκερας. i. ca-
præ cornu appellat̃. Inter manifesto calfaciētia cē-
set̃, eundēq; hominib. in cibo usū p̃stat, quē lupi-
D ni.† Sumit̃ em̃ ipsū cū garo, alui subducēdę gratia: †Legendum forte præsumitur
estq; huic rei multo q̃ lupini accōmodatius, cū ni-
hil ex ꝓpria substātia habeat, qđ trāsitū remoret̃.
Mandit̃ aūt & cū aceto & garo, sicut lupini. Mul-
ti prętere & fœnū græcū & lupinos, ex uino, ga-
ro, & oleo sumūt: alĳ etiā panē addūt, eoq; obso-
nio sunt cōtenti, quod ut uentrē minus subducat,
caput certe (ceu nōnullis fœnū græcū ex garo, fa-
cere solet) nō ferit. Præterea stomachū nō subuer-
tit: nā id q̃q; fœnum græcū in quibusdā efficit. Ad
eundē aūt modū quidā phaselis & eruialis in cibo
utunt̃, de quibus mox cōmunem omniū eiusmo-
di sermonē adscribā. Vescuntur autem nonnulli
fœno græco prius q̃ planta ipsius, semē produxe-
rit, aceto ac garo intingentes: quidam autē oleum
adfunden-

adfundentes, eo obsonij uice cum pane utuntur: A sunt qui cũ aceto quoq; & garo ipsum mandunt. Caput autem, hoc quoq; sumptum copiosius, ferit: quod faciet impensius, siquis ipsum sine pane sumpserit: quibusdam item stomachum subuertit. Succus autẽ elixi fœni græci cũ melle sumptus, ad omnes prauos humores, qui in intestinis habẽtur, subducendos est accommodus: suo quidem lentore leniens, calore autem dolorem mitigans. Quòd autem abstersoriæ facultatis quoq; sit particeps, intestina etiam ad excretionẽ instigat: sed parcius mel ei est admiscẽdũ, ne mordacitas exuperet. In diuturnis uero thoracis citra febrẽ affectibus, pingues cum eo palmulas elixare quidem oportet: ubi autem succum ipsum expressum, copioso melli miscueris, ac rursum super carbones B ad mediocrem crassitiem coxeris, tum demũ longe ante cibum uti.

De phaselis & eruiala, quam ὤχρον appellãt.

HÆc quoq; semina homines, quo modo & fœnum græcum, prius in aqua, quoad radicem produxerint, macerantes, uentris subducẽdi gratia mandunt ante alios cibos, garo intingẽtes. Succum autẽ, cũ coctus est, atq; in corpus distributus, habent copiosioris alimenti, q̃ fœnũ græcum. Atq; in Alexandria iuuenẽ quendã noui arti medicæ deditum, qui per annos quatuor singulis diebus solis his pro obsonio utebat̃, phaselos dico, fœnum græcum, eruialam, & lupinos. Attigit autem interdũ & oliuas ex Memphide, & olera, & paucos fructus, eos, qui citra coctionẽ man C duntur. Propositum enim ei erat, ignem nunquã accendere. Omnibus certe illis annis sanus fuit, nec ulla in re habitu corporis fuit deteriore, q̃ ab initio. Mandebat autem fructus huiuscemodi cũ garo scilicet, oleum aliquãdo solum ei adijciens, nonnunquã etiam uinũ, aliàs acetum, interdũ uero salem tantum, sicut & lupinos. At de salubris quidem uictus ratione in libris de tuenda sanitate copiose tractauimus: tractabimus aũt postea etiã summatim in hoc opere. Nunc autem ijs quæ de eruialis ac phaselis dicta sunt, id quoq; addat: hæc edulia medium quodãmodo locũ obtinere inter ea, quæ succum bonum & prauum generãt, inter cõcoctu facilia & difficilia, tarde & celeriter trãseuntia, flatulenta & flatus expertia, parum & mul D tum nutrientia. Nullam enim effectricem habent qualitatem instar quorundam, quæ acres, aut austeros [aut acerbos] aut salsos, aut amaros, aut dulces habent sapores.

De cicercula.

CIcercula substantia quidem eruialis & phaselis est adsimilis. Vtuntur autem his plurimum in nostra Asia rustici, & potissimũ in Mysia & Phrygia, non modo quemadmodũ in Alexandria & alijs plerisq; urbibus eruialis & phaselis, sed etiã ut phacoptissanam parãtes. Succũ autem habent phaselis & eruialis, facultatibus quidẽ cõsimilem, sed cõsistentia crassiorẽ. ob eamq; ipsam causam plus aliquanto, quàm illa nutriunt.

De aracis.

POstremam nominis aracorum syllabam scriptã per c in Aristophanis Holcadibus inuenimus, ubi inquit, Aracos, triticum, ptissanã, alicam, zeiam, lolium, similaginẽ. Semen hoc cicerculæ semini est adsimile, fueruntq; nõnulli qui putarunt ipsum non esse generis à cicercula diuersi, quãdoquidem & usus ipsius omnis & facultas cicerculę facultati est adsimilis, nisi quòd araci sunt duriores, minusq; facile elixantur. quæ causa etiam est, cur cicerculis cõcoctu sint difficiliores. Apud nos autem syluestre quoddam rotundũ ac durum, eruoq; exilius, in fructibus cerealibus repertum, quod arachum nominant, non per c, sed per ch ultimam syllabam proferentes, proijciunt, ipsum, uti & semen securidacæ, seligentes.

De dolichis.

DOlichorũ nomen à Diocle quidem scriptũ est, unà cum aliorũ quoq; seminũ nos alentium nominibus. Scriptum autẽ etiã est in libro Hippocratis de ratiõe uictus, cuius etiã libri antea abunde memini. Existimo autem ipsos sic appellare semen plantæ hortensis, quam nũc uulgo numero multitudinis bifariam nominãt: quidam enim λοβοὺς, id est, siliquas, alij φασιόλους nuncupant, uocem ipsam quatuor syllabis proferentes, eoq; modo nomẽ diuersum ab eo quod tribus syllabis pronunciatur φασήλους scilicet, efficientes. Sunt qui phaselum eundem cum cicercula esse dicant: alij ipsius speciem. Quòd tamẽ ad dolichos attinet, coniectare quis possit, eos nominari plantas has hortẽses, uel ex ijs, quæ Theophrastus in octauo de plantarum historia scripsit ad hunc modum: Et alijs quidem caulis est erectus, ut tritico, hordeo, & omnino frumentaceis atq; æstiuis: alijs autem tendens in latus potius, ut ciceri, eruo, lenti: alijs humi procidẽs, ut eruialæ, piso, cicerculæ. Dolichus uero, si ligna longa adfixeris, ascendet & frugifer fiet, alioqui uitiosus atque æruginosus reddetur. Ex eo autẽ, quòd ligna longa iubet adfigi, affirmatq; nisi id fiat, æruginosos ipsos reddi, posset quis coniectare ipsum uerba facere de ijs quos nunc phaseolos, seu siliquas appellant. Ipse autem siliquas id appellat, quod semen eorũ leguminum, cuiusmodi est lens, eruum, pisum, faba, ac lupinus, continet. Quemadmodum enim frumẽtacea semina, spicis: ita memorata iam, siliquis cõtinentur: atq; ipsos quidem dolichos, siliquæ continent: ob eamq; opinor causam, fructum totum uulgo, nunc siliquas nominant: quo modo totos frumentaceos fructus, spicas. Non me fugit alia quoq; multa esse, quibus homines multum utuntur, quæ generis totius nomen sibi adsumpserint, ut calamus quo scribimus, & atramentũ. In libro autem de ratione uictus, Hippocrates scriptũ sic reliquit, Pisa minus quidem inflãt, sed magis per aluum secedunt: eruiolæ autem & dolichi ijs quidem secedunt celerius: uerũ minus sunt flatulenti, & nutriunt affluentius. Cum enim Hippocrates his uerbis pisa fabis comparet, quarum prius ut cibi

ut cibi flatulenti meminerat: deinde eruulas & dolichos ascribat: in eo significat, dolichon eiusdem esse generis cũ prædictis seminibus, & potissimũ cum eruulis. Verum cum nullam prorsus cicerculę, aut phaseli mentionem fecerit, suspicari quodammodo possumus, illorum seminũ quoddam licere appellare dolichon. Quòd siquis phaselos quoq; in cicercularũ genere reponat: negare saltem non poterit, quin cicerculæ in prædicta oratione dolichi appellari queant. Nam & Diocles in leguminũ catalogo, ut fabas primas recensuit, mox pisa, deinceps ad uerbum sic scribit, Dolichi uero non minus quàm pisa nutriunt: præterea flatu similiter carent: quod uero ad suauitatem pertinet, ac deiectionem, uincuntur. Verum is quoq; deinceps eruialæ quidem, & lentis, & ciceris, & B orobi mentionem faciens, cicerculę autẽ nomen prætermittens, eandem præbet dubitationem. Dicere tamen quis possit, omnia hæc eruialas, cicerulas, phaselos, unum esse genus, uerum pluribus nominibus appellari, ut κιονα ϗ σύλον [nã utrũq; nomen columnam significat:] fortasse autem propter quasdam differentias, quæ in ipsis apparent. Veruntamen quod dolichi non minus pisis nutriãt, tum quòd æque ac pisa flatu careãt, indicio esse debet, Dioclẽ dolichos appellasse, quos nũc phaseolos nominant. Siquidem cicercula nõ magis quàm pisa flatu carent, quẽadmodum nec eruiala, nec phaselus: siue hæc, ut dixi, unũ genus: siue unius generis sint differẽtiæ. Philotimus autem & Praxagoras nullius ciborũ huiusmodi meminerunt, nisi fabarum duntaxat, & pisorũ: quãobrem nihil ex illis, quidnam dolichorum nomine significetur, possumus colligere. Itaque uocet quisq;, quo libeat nomine, quos nunc uulgo phaseolos & siliquas appellant, dũ sciat ea talem obtinere facultatem cuiusmodi Diocles dolichis attribuit. Ad cuius sentẽtiam Hippocrates in libro de ratione uictus propè accedit, cum inquit eruialas & dolichos facilius deijci quàm pisa, ac minus inflare: præterea alere ipsos testatur. nam ita res habet, nisi quòd integros & etiamnum uirides unà cum suis siliquis ex oleo & garo, ut plurimũ homines mandunt, nonnulli autem uinũ etiam adijciunt. Sed eos, ut pisa non reponunt, propter humiditatem copiosiorẽ: cuius occasione solent corrumpi. Quòd si quis eos quoq; secure uelit reponere, sicuti pater meus factitabat, sic care ipsos penitus, oportet. Sic enim hyeme tota manẽt impu tres & incorrupti, eundem nobis usum, quem pisa præstantes. Quidam meorum amicorum Romæ agẽs, mihi narrauit in Caria in patria sua quã Ceramum appellabat, in agris dolichos nõ aliter quàm alia legumina seri, figuramq; eos habere cicerculis longiorem.

De orobo, id est eruo.

Boues tũ apud nos, tũ apud alias plerasq; gentes, eruum prius in aqua dulcoratũ pascuntur: homines uero ab hoc semine prorsus abstinent. Est enim insuauissimum, & praui succi. In A magna tamen fame, quẽadmodum & Hippocrates quoq; scripsit, necessitate coacti, ad ipsum nõnunq; accedũt. Nos uero ad eundem modũ quo lupinos præparantes, orobis cũ melle utimur ceu medicamẽtis crassas thoracis ac pulmonis humores expurgantibus. Porrò inter orobos, albi minus sunt medicamẽtosi ijs, qui ad flauitiẽ aut pallorem recedunt. Qui uero cocti bis fuerint & in aqua identidem dulcorati, insuauitatẽ quidem deponunt, sed unà etiã cum ea abstergendi & incidendi facultatẽ, ut sola in eo relinquatur terrestris substantia, quæ substantia alimentum fit, quod citra insignem amarorẽ desiccandi uim habet.

De sesamo & erisimo.

Sesami semen pingue est, ideoq; repositum celerrime fit oleosum: quamobrem eos, qui ipso uescuntur, celeriter implet: stomachumq; subuertit, ac tarde cõcoquitur, pingueq; corpori præbet alimentum. Liquet ergo quòd uẽtriculi partibus uigorẽ ac robur addere nequit, quẽadmodũ neq; aliud quoduis pingue. Est autẽ crassi succi, ideoq; non propere peruadit. Ipso autem solo non admodum uescũtur, sed cum melle crudo, quas uulgo σησαμίδας uocant, effingentes. Panibus etiam inspergitur. porrò quemadmodum milio panicum (quod etiam μελίνην diximus appellari) adsimile quidem quodammodo est, uerum undequaq; deterius: ad eundem modum & sesamo erysimũ corporis substantia quodam pacto est affine, sed in cibo est insuauius, corporiq; alimentũ parcius exhibet, prædictoq; omnino est deterius. Cæterum C utrunq; temperamento est calidum, ob eamq; causam sitim etiam excitant.

De papaueris semine.

Satiui papaueris semẽ panibus utiliter ceu cõdimentũ inspergitur, non secus ac sesamum: uerum album nigro præstat. Refrigerandi autem habet facultatẽ, ideoq; somniferũ etiã est. Quòd si sumptum liberalius fuerit, nõ somnum modo, sed soporẽ etiam (quem Græci cataphoran nominant) inducet, ægreq; concoquetur. Inhibet præterea, quæ ex thorace ac pulmone tussi expuuntur. Confert uero ijs, qui catarrhis fluxu tenui à capite defluentibus infestantur. Corpori autẽ nullum commemorabile præstat alimentum.

D De lini semine, quod etiam composito nomine linospermon dicitur.

Nonnulli frixo quidẽ ipso ut obsonio cũ garo, nõ secus ac factitio sale utunẽ: utũtur autẽ & melli permiscẽtes: quidã panibus quoq; ipsũ aspergunt. Stomacho autẽ noxiũ est, & coctu difficile, exiguũq; alimentũ corpori exhibet. Quod uero ad uẽtris deiectionẽ pertinet, ipsum nec probaueris, nec uituperaueris: exiguã tamen mouendæ urinæ habet facultatem, quæ magis apparet, cũ frixum sumitur. Tunc autem aluum quoq; magis sistit. Rustici autem homines eo utuntur sæpe numero, frixo tusoq; mel admiscentes.

De ormino.

Hoc quoq; frixo utuntur, deinde eatenus læ

uigant,

uigant, ut farina euadat, mel quoq; ei admiscent. Parũ in seipso habet alimenti, ut quod mediæ inter erysimum & cuminum sit naturæ.

De cannabis semine.

NOn quẽadmodum planta ipsa cannabis, uitici quodammodo est similis, ita semen semini facultate est simile, sed plurimũ ab eo dissidet, ut quod concoctu est difficile, stomachoq; ac capiti noceat, paruiq; sit succi. Sunt tamẽ, qui eo quoque frixo cũ alijs tragematibus uescantur. Tragemata autem uoco ea, quę post cœnam, uoluptatis inter bibendũ excitandæ gratia manduntur. Multum autem calefacit, ideoq; sumptum paulo largius, caput ferit, uaporẽ sursum ad ipsum mittens calidum simul ac medicamentosum.

De uiticis semine.

ID semen etiam ipsum per se frixum manditur, crediturq; appetitus uenereos inhibere: alimentum autem corpori præbet exiguum, idq; siccans ac refrigerans: flatus autem ualde dissipat, quorũ omnium occasione, ijs, qui à uenere puros se seruare uolunt, est accommodum: unde & nomen casti aiunt ipsi fuisse impositum. Cæterum caput non ferit, quo modo cannabis.

De aphace & uicia.

HOrum seminum figura non est rotunda, ueluti fabarum, sed aliquanto latior, quo modo lentium. Hæc quoq; cũ ipsis siliquis atq; integra planta rustici reponunt, ut brutis pecudibus sint pabulo. Per famem tamẽ, quosdam noui, qui hæc quoq; comederint, potissimũ uere, cũ etiam nũ uirent, quẽadmodum fabas, & cicera esitare consueuerunt. Sunt autem nõ insuauia modo, sed concoctu etiam difficilia, aluumq; inhibent. Perspicuum ergo est, ꝙ cum natura sint eiusmodi, alimentũ, quod ex ipsis distribuit, habent haudquaquã boni succi, sed crassum, atq; ad succũ melancholicum gignendum, idoneũ: ceu prius de lente diximus. Verum illi quidẽ multa bona insunt, his autẽ nihil bonorum illius adest. Cæterũ uiciæ nomen apud nos quidem est tritũ, eoq; solo nominatur: Attici uero σάρακον aut fabã appellant.

De seminibus alienigenis, quæ in quoq; genere permista reperiuntur.

IN tritico quidem frequens lolium sæpe inuenitur: in hordeis uero reperitur, sed paucum: quã autem ægilopem appellant, ea in hordeis frequẽs inuenitur, cum prima generatio uel incrementũ ipsis non recte successerit. Porrò pater meus ætate iam declinante cũ agricultura delectaretur, triticum, ac hordeũ aliquando seminauit, omnibus diuersi generis seminibus, quæ ipsis erãt admista, diligenter selectis, quo certo cognosceret, nũ ex ipsorum mutatione lolium & ægylops nascerentur, an propriam hæc quoq; semina naturã haberent. Cum autẽ forte unà cum puris seminibus in tritico quidem frequens lolium, in hordeo autẽ parum, sed magnam ægilopis uim enatam conspiceret: in alijs quoq; seminibus itidem experiri est aggressus. Reperit igitur in lente quoq; ex mutatione ipsius durũ rotundumq; aracum, & securinum, semina non uesca enata: præterea aparinen, quæ non modo non esculenta est, sed plantæ lentis dum assurgit, undiq; implexa ipsam strãgulat, ac suffocat, & detrahit, non aliter ꝙ eruangina eruum. perniciosissima igitur sunt hæc semina. Melampyron autẽ nuncupatum, ex tritici quoq; mutatione generatur, sed prauitate ꝙ plurimum à lolio relinquitur. Deprehendit autem alia quoq; semina similiter immutari. Proinde ijs, qui seminibus ijs salubriter uti uellent, præcepit, omẽ quod prauum esset, seligerent, neq; id pro nihilo ducerẽt, ut pistores, qui populo publice inseruiũt. Etenim cum anni constitutio praua aliquãdo fuisset, lolium affatim tritico innasci contigit: quod cum neq; agricolę accommodatis ad eam rem cribris, exacte purgassent, neq; pistores, quod paucus esset tritici prouentus, statim quidem multis caput dolere cœpit: ineunte uero æstate, in cute multorum, qui comederant, ulcera, aut aliud quoddam symptoma, quod succorũ prauitatem indicaret, est subnatum. Non igitur oportet nos, in purgandis seminibus, quæ ad esum comparantur, esse negligentes: persuasos, etiamsi noxã, quæ quotidie fit, ob exiguitatem sensu non percipimus, quod tamen longo tempore ex ipsa aceruatur, tandem erupturum.

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS

liber secundus

MARTINO GREGORIO INTERPRETE.

CVm à plantis & animalib. sumamus alimenta, qui autem ante me fuerunt omnes, in ijs quæ de alimẽtis scripserunt, à cerealibus nuncupatis seminibus initium sumpserint, propterea quòd panum esus inter ipsa est utilissimus: ob eã causam, ego quoq; de tritico, hordeo, typha, olyra, ad hæc de ijs quæ legumina ac chedropa appellant primo libro tractaui. Deinceps autem hoc libro ad alia alimenta quæ à plantis: post autem ad ea, quæ inter illa, quæ ab animalibus sumũtur, hominibus sunt utiliora, est transeundum. Nam id æquum mihi esse uidetur: fueruntq; nonnulli, qui haudquaꝗ omnibus congeneribus prius explicatis, neq; alimẽtis omnibus, quæ à plantis sumũtur, post cerealia semina, subditis, de illis prius semper tractarũt, quæ maiorẽ hominibus adferũt utilitatẽ. Suilla certe, & hædina, & caprina, & uitulina, & bubula, & ouilla, & his nihilominus, quæ uenatores in montibus aucupantur, magnũ usum præstare hominibus cernunt, quẽadmodũ certe & uolucria pleraq; & aquatilia. Verũ cum reputassem genera omnia uno libro cõprehendi non posse, nihil magnopere interesse sum arbitratus, ex ijs alimẽtis, quæ prædictis supersunt: in secundo quidẽ uolumine, quæ à plantis: in tertio

autem, quæ ab animalibus sumũtur, persequi. Licebit enim cuiuis qui opusculum (in quo alimentorũ facultates, quibus maxime uti uelit, sunt traditæ) ad manus habebit, nũc primũ, nũc secundũ, tertiumue librũ euoluere. Vt igitur sermo om̃is de plantis primis duobus libris absoluatur, ad ea quæ dictis ante supersunt, aggrediens, hinc auspicabor. Omnia edulia, quæ primo libro fuerũt memorata, plantarum erant semina: nunc uero à fructibus exordiens, in primis à seminibus eos distinguam, eo magis, quòd pleriq; crediderũt nihil interesse, siue semen dicas, siue fructum. Quę igitur semina modo retulimus, exiguum quiddam à fructibus discrepant: ab ijs uero, quæ nunc memorabimus, non mediocriter dissident. Etenim fici fructus, sunt ipsæ ficus: quod uero in ipso est κέγχα B μις Græcis dictum, semen est fici: sicut & acinus, totius uitis est fructus: solum autem γίγαρτον, uitis est semẽ. Pari modo & piri & mali fructus est, pirum ac malum: semen autem, tria aut quatuor grana, quæ in ipsis medijs habentur. Quid iã loquar de cucurbitis, & cucumerib⁹, & ijs ipsis maturis, aut immaturis? aut quid reliqua huiuscemodi omnia cõmemorem? quamplurimum enim totus fructus à semine discrepat. Cæterũ in fabis, lupinis, dolichis, lente, & alijs id genus seminibus, quæ siliquis obuoluuntur, quod quidẽ ex siliqua semineq; est cõpositum, est fructus: plurima tamẽ substantiæ pars in seminibus inest. Porrò aliorũ propemodum omnium, quæ primo libro memorauimus, semen solum manditur: solius autem do C lichi, dum adhuc uirescit, fructus integer estur: ubi enim exaruerunt siliquæ, quæ semina ipsa continent, hominibus sunt inutiles: fabarum autẽ uiridium siliqua non est esculenta, quẽadmodũ neque ciceris, neq; aliorum quæ Theophrastus uocare solet elloba, id est siliquata. iure igit̃ dixi uulgo lobos, id est, siliquas nominari, quos nonnulli phaseolos nuncupant: ꝙ sola ipsorũ siliqua sit uesca. Verum de ipsorũ quidem facultate prius dixi mus: ueluti etiã ꝙ ueterum nonnullos existimo phaseolorũ nomine dolichos cõprehendisse. Cæterũ plantarũ fructus ab arboribus sumuntur, & oleribus hortensibus, inter quæ quidam medicorum pepones, melopepones, & cucurbitas recensent: à quibus hoc libro docere incipiam. D

De fructibus fugacibus, quos Græci ὡραίυς nuncupant.

HOrã, anni Græci id tẽpus appellãt, in cuius medio caniculã exoriri cõtingit. Tẽpus autẽ id dierũ est quadraginta: quo tẽpore omnes horarij, quos uocãt, fructus cõstant: nõnulli iã declinãtes, alij incipiẽtes, alij in suo uigore, aut ultra uigorẽ, aut citra cõsistentes. Vocant autẽ ipsos ὡραίυς, non quòd id solum tẽporis sint, sed (ut mea fert opinio) quòd ipsos, ab ijs, qui ad reponendũ sunt idonei, distinguant: quando & triticum & hordeum, & omnia quæ in primo libro explicui, æstiuam atq; anniuersariam habent generationẽ, sed non cito corrũpuntur, quo modo cucurbitæ, mora, pepones, melopepones, persica, & alia id genus. Quæ si quis in hyemẽ seruare uolens, exiccata reposuerit, eo modo ueterẽ naturã in contrariũ immutabit. Nonnulli certe è cucurbitis semẽ uacuantes, deinde ipsarũ uelut carnẽ siccantes, in hyemẽ quidẽ reponunt: utuntur autẽ omnes ipsa magis, ꝙ̃ alio quouis fructuũ esculentorũ, ꝙ cæteris fructibus sint aridiores ac sicciores. Non tamẽ tritici, neq; hordei, neq; aliorũ eiusmodi cerealiũ seminũ, cũ sunt reposita, natura in cõtrariũ cedit. Manent enim suis substantijs talia, qualia erãt, cũ iã inde ab initio æstate fuerunt perfecta. Illud autẽ perspicuũ est, ꝙ quæ corpus habẽt cõpactum, quẽadmodum habitum ipsius habent perdurantem, ita solidũ ac terreũ, & ob id multum nutrientem. Quæ uero consistentia sunt humida, corrumpuntur, exiguumq; habent alimentũ, & quod facile è corpore excernatur, quę causa etiã, cur eiusmodi promptius, ꝙ̃ solida per aluum deijciantur: & potissimum, cũ nitrosum quippiam ipsis inest, ac tergendi facultas. (cuiusmodi fructus quosdã fugaces habere ostendemus commemorabilem) quæ prauioris etiã succi esse perhibemus ijs, quæ nullam saporis qualitatem habent sensibilẽ, quomodo aqua optima nullã habet. Hæc igitur omnia, & ijs multo magis, quæ ante exactam maturitatem mandimus, flatulenta quidem sunt: uerum subducuntur celerius: quẽadmodum etiam, quæ succum habent tenuem, citius distribuũtur. Sunt autẽ omnia hæc praui succi: solusq; is utiliter ipsis utetur, qui æstu uehementiore & lõgiore itinere sese confecerit: tunc enim iuuant, corporis squalorem humectantia, & si frigida sumantur, moderate refrigerantia. Etenim humectandi quidem semper habent facultatem: refrigerãdi uero haudquaquã habebunt, si calida, sic, ut dixi, affectis fuerint esitata. Non enim proprio temperamento adeo sunt frigida, ut etiã si calida sumpta fuerint, uetriculum refrigerent. Quare ascititia egent refrigeratione, quæ partiũ, quæ tũ ad uentriculũ, tũ ad hepar pertinent (quibus primis occurrũt) calori aduersetur. His itaq; de omnibus eiusmodi edulijs, prius in uniuersum constitutis, nunc ad proprias cuiusq; facultates transibimus.

De cucurbita.

CRuda quidem insuauis est, stomachumq; lędit, & concoctu est difficillima: adeo ut si quis alterius cibi inopia, cucurbitam mandere coactus fuerit, (ut quidam iam est ausus) pondus frigidum uentriculo incũbere sentiat, stomachumq; habeat euersum, ac uomituriat, quo solo uomitu à prementibus symptomatibus poterit uindicari. Hanc igitur & alia fugaciũ pleraq;, aut postꝙ̃ elixa fuerint, aut statim certe, aut in sartagine frixa, aut assa, om̃es homines esse consueuerũt. Atq; sermonẽ hũc perpetuo memoria teneto. est eñ om̃ibus cõmunis, quæ per ignem alterare est necesse. Cucurbita autem (de qua dicere instituerã) elixa, nullam euidentem saporis habet qualitatem: nisi quis dicat quendam etiam esse saporem, qui neq; acris

acris est, neq; salsus, neq; acerbus, neq; amarus, neque aliud quidquam eiusmodi manifeste repræsentat, ueluti nec ipsa aqua. Verum huiusmodi omia cõmuni nomine uocare consueuerunt ἄποια, id est, qualitatis expertia, uocẽturq; nobis sic, clarioris doctrinæ gratia. Cum ergo talis sit cucurbita, non immerito multos apparãdi modos admittit: ut quæ in medio sit omis excessus: ob idq; ad quẽuis excessum ex æquo duci queat. Quandoquidẽ nihil eorum quæ congenitum quempiam habent excessum, in contrariã excessui parandi rationem facile ducitur. Proinde cucurbita, quantum in se est, humidum frigidumq;, & ob id exiguũ corpori præbet alimentum, ut paulo ante de iis omnibus quæ succum habent aqueum ac tenuem, præcepimus: facile autem subsidet, cum ob suę substantiæ lubricitatem, tum ob communem omnium ciborum humidorũ rationem, qui scilicet citra adstrictionem sunt humidi. Ad hæc coquitur non ęgre, si modo prius corrupta non fuerit. Id uero illi accidit, cum parata uitiose fuerit, aut succus prauus in uẽtriculo fuerit aceruatus: interdum autem quòd in ipso cessauerit: quod aliis quoq; omnibus fugacibus, quæ humido sunt temperamento, solet accidere. Corrumpuntur enim in uentriculo, ni celeriter occupent subsidere. Quemadmodũ igitur cucurbita, quantũ in seipsa est, succum qui in totum corpus alendi gratia distribuitur, habet qualitatis, ad sensum, expertem: ita cum alicui eorum quę uehementem habent facultatem, mista fuerit, facile illi adsimilatur: ut si cum sinapi sumpta fuerit, succus qui ex utroq; in corpus distribuetur, acris cum manifesta caliditate erit. Eadem ratione, si cum salso quopiam mãsa fuerit (ut quidam in patinis cum salsamento struunt) succum in corpore salsum generabit. Est autẽ sic apparata, cibus suauissimus, si salsamentum ex ponticis illis fuerit, quæ μῆλα appellant. Quòd si cum malis cydoneis elixa, conditaq;, ut decet, fuerit, succum austerũ in distributione habebit prępollentem. Assa autem, uel frixa in sartagine, quãplurimum quidem de propria humiditate deponit, reliquum autem ipsius nullam insignem obtinet facultatem, uti nec cum in iure simplici parata fuerit. Cæterum ob aqueam qualitatem sibi innatam merito gaudet origano. Omnia eñ eiusmodi succis acribus, uel acidis, uel austeris, uel salsis admisceri postulant, si modo in cibo suauia sunt futura, & iis, qui usi fuerint, nauseam non sunt paritura.

De peponibus.

VNiuersa peponum natura frigidior est cum humiditate copiosa: habent autẽ uim quandam abstergendi, cuius beneficio urinam cient, et deorsum expeditius, quàm cucurbita, melopeponesq;, permeant. Quòd porrò abstergeant, intelliges, si sordidã cutem ipsis fricueris. Quam ob rem si quis ἔφηλιν, aut lentes in facie habeat, aut ἀλφοὺς extimos & in superficie, hos quoq; detergẽt: semen tamẽ potentius, q̃ ipsorũ uelut caro, deterget, adeo ut uel aduersus renes calculo infestatos conueniat. Succũ aũt in corpore gignit uitiosum, idq; potissimũ, cum concoctum probe non fuerit. Quo casu choleræ morbo obnoxios efficere consueuit. Quinetiã priusquã corruptũ fuerit, ad uomitum quoq; est idoneus: largiusq; sumptus (nisi quis post ipsum aliquid eorum quę probi sunt succi, super mandat) omnino uomitũ excitabit. Illud porrò perspicuũ est, homines in hoc quoq; fructu appellationẽ fecisse, quo modo in atramento, quo scribitur, quod μέλαν, id est, atramentũ appellant. Nam uox hæc πέπων uelut τὸ πέπανον, hoc est, maturũ significat, quod aliis quoq; quæ maturescunt, cõuenit. Nam & racemus, cum exacte est maturus, dici potest πέπων, quemadmodũ certe & cum nondũ maturuit, non potest nominari πέπων, nimirũ qui crudus est et immaturus. Ad eundem modũ & fructus omnes autumnales, & pira, & cucurbitæ πέπειρα, id est, matura uocari consueuerunt, quemadmodũ & melopepo, qui in seipso πέπονα, id est, maturum continet: unde medici quidã non simpliciter nominare uoluerũt pepones, sed totũ id σικυοπέπονα, id est, peponẽ cucumeralem nominari oportere cõtenderunt. Nos uero in pręsenti sermõe de eiusmodi nõ laboramus, ut quæ ad medicinã nihil cõferat: multo eñ satius est, rem dilucide interpretari, q̃ huiusmodi anxia disquisitione, doctrinã obscurare. Tum porrò clarissime explicabimus, cum uocabula uulgo maxime usitata eligẽtes, ipsorũ significationes seruauerimus.

De melopeponibus.

MElopepones minus quàm pepones sunt humidi, nec adeo praui sunt succi, minus item urinas mouent, tardiusq; deorsum descendũt. Ad uomitum præterea excitandũ, non tantum, quantum pepones, habent momenti, sicut nec celeriter adeo, ut illi in uentriculo corrumpuntur, cum prauus humor in eo collectus fuerit, aut alia quæpiã corruptionis causa ipsum prehenderit. Cæterum tametsi in iuuando stomacho, autumnalibus fructibus lõge sunt inferiores, haudquaquam tamen ei, ut pepones sunt noxii: neque enim uomitum, ut illi excitant. Huc accedit, quòd in peponibus homines à carne intima, in qua semen habetur, abstinent: in melopeponibus autem mandunt, idq; ipsis ad deiectionẽ confert. Qui uero eorum quasi carne tantum uescuntur, nõ tam cito eam ac peponum excernunt.

De cucumeribus.

VRinam quidem & ipsi, quo modo pepones, cient, sed minus quam illi, quòd ipsorũ substantia minus est humida: ideoq; non facile, ut illi, in uentriculo corrumpuntur. Inuenias autem, qui ipsos (ceu alia multa quæ homines plerique coquere nequeunt) concoquant, ob naturæ scilicet cum eis familiaritatẽ, quam nos tum in commentariis de temperamentis, tum autẽ in libris de medicamentorum facultatibus, copiosissime exposuimus: demonstrantes, à totius substantiæ proprietate, suum cuiq; animantiũ generi cibum esse familiarem: asinis quidem & equis paleam, fœnũ, hordeum, ac id genus alia: leoni autem crudas ani-

malium carnes: homini tũ has omnes coctas, tum A
panes ex frumẽtaceis seminibus, ut diximus, con
fectos. atqui & elleboro coturnices: et cicuta stur
ni citra noxam uescuntur: ceu utique eruo boues.
Porrò quæ cuiq; coctu facilia, aut difficilia sint ali
menta, aut ex substantiæ proprietate, aut aliquo
symptomate, per experientiam sunt discernenda.
Quid autem sibi uelit quod dico, ex aliquo sym-
ptomate, primo libro id exposui. Quandoquidem
quibus biliosus humor, aut omnino prauum excre
mentum quoduis in uentriculo sæpe congeritur,
in ijs quæ natura coctu sunt facilia, celeriter cor-
rumpuntur: ueluti hominibus quibusdam, qui ca
lorem natiuum habent non humidum, neq; bene
temperatum, sed squalidum atq; igneum. hi enim
quę alij facillime cõcoquunt, facile alterata ea cor B
rumpunt, ructusq; eis accidunt nidorulenti. Cæte
rum illud perpetuo memoria teneto, quòd etiam
siquis eorum quiduis, quæ alijs cõcoctu sunt diffi
cilia, coxerit: succus tamen, qui ex eo in corpus di
stribuitur, eãdem retinet naturam. Nam fieri non
potest, ut succus qui ex pepone distribuitur, cras-
sus ac terreus fiat, etiam si is coctus pulcherrime
fuerit: quemadmodum nec qui ex lente, aut bubu
la distribuitur, euadet unquam aquosus ac humi-
dus, quem sanè & consistentia tenuem appellant.
Id autem plurimum habet momenti, non modo
ad sanitatis custodiam, sed etiam ad morbi declina
tionem, ut alibi demonstratum nobis est, & nunc
rursus summatim ꝓcedente sermone, repetemus.
Ergo qui cucumeres bellè concoquunt, cum eo C
ipso fisi affatim ijs se impleuerint, ijs tandem lon-
go tẽporis tractu accidit, ut succus frigidus ac me
diocriter crassus in uenis coaceruetur, quæ in ea
coctiõe quæ fit in uenis, haud facile mutationem
in probum sanguinẽ recipiat. Ob eam igitur cau-
sam, omnibus praui succi edulijs censeo abstinen-
dum, etiam si ea quibusdam concoctu sint facilia.
Nobis enim non aduertentibus prauus succus ex
ipsis post longum tempus in uenis colligitur: qui
postea exiguam ad putrendum occasionẽ nactus,
febres malignas accendit.

De fructibus qui ex arboribus colliguntur.

Pira sanè, & poma, & ficus, persica, punica, &
id genus alia, fructus sunt arborũ, quibus ho
mines uescunt. Sunt & præter hos alij, quibus ho D
mines non uescuntur, de quibus in pręsentia dice
re, nõ est institutum. In uniuersum autem ac com-
muni ratione, de fructibus, q̃bus homines uescun
tur, scire oportet: humidos quidem, tenue humi
dumq; ex se distributum alimentũ corpori præbe-
re. Quam rem omnino consequit, ut eiusmodi ali-
mentum celeriter corpus totũ permeet ac perua-
dat, excernaturq; tum per cutim, tum per urinas.
Proinde omnia eiusmodi cibaria medici rite affir-
mant pauci esse alimenti. Contra autem in solidis
consistentia fructibus habet: ex ipsis enim alimen-
tum copiosius corpori adponitur, tardiusq; per-
meat, maxime cum succum in seipsis habent cras-
sum, aut lentum, aut adstringentem.

De ficubus.

Quod omnibus quidẽ non modo autumnali
bus fructibus, sed & ijs, quos fugaces appel-
lant, est cõmune, id ficus quoq; habet. Non enim
potuerunt succi prauitatẽ effugere, tametsi minus
quam fugaces omnes ipsius sunt participes. Verũ
hæc ipsis insunt bona, quòd uentrẽ prompte per-
meent, & ꝙ facile totum corpus peruadant. Nam
& abstergendi quoq; insignem habent facultatẽ:
quò fit, ut post ipsarũ esum nephretici multas are-
nulas excernant. Præterea, cum omnes autumna
les fructus exiguũ corpori præbeant alimentum,
id omnium minimũ ficubus usu uenit. Carnem ta
men non cõpactam, neq; firmam generãt, ceu pa-
nis, & suilla: sed sublaxam ac subinanem, ut fabæ.
Flatibus tamen hę quoq; uentrẽ implent, essentq;
eo nomine admodũ dolorificæ, ni etiam celerẽ de
scensum essent adeptæ, cuius beneficio celeriter
peruadentes, flatus quem excitant, nõ diu manet,
atq; in eo minus cæteris fructibus autumnalibus
lædere cõsueuerunt. Cæterum maturæ ficus im-
maturas non mediocriter antecellunt: quod &
in alijs quidem omnibus fructibus cernitur, non
tantum tamen in eis est discrimen. Nam quæ ficus
prorsus sunt maturę, nihil propemodum omnino
lædunt: quo modo nec caricæ. quæ multiplicẽ qui
dem habent utilitatem, siquis tamen largius esita
uerit, ab eis offendetur: quandoquidẽ sanguinem
non admodũ probum gignunt: quò fit, ut ex ipsa-
rum usu pediculorum multitudo proueniat. Ha-
bent etiam tenuandi facultatem & incidendi, qua
uentrem quoq; ad excretionẽ irritant, renesq; ex-
purgant. Iecori aũt lieniq; inflammatione obsessis
sunt noxiæ, quemadmodũ & ficus, non peculiari
quadam & eximia facultate, sed cõmuni ratione
dulcium omniũ ciborum ac potuũ: obstructis au-
tem illis, aut scirrho adfectis, ipsæ ex sese nil com-
modant, nec officiunt: sed medicamentis inciden-
tibus ac extenuantibus & abstergentibus mistæ,
non mediocriter iuuant. Proinde nonnulli medi-
corum in dictis lienis ac hepatis affectibus, exhi-
bent ipsas longe ante cibum cum thymo, aut pipe
re, aut zingibere, aut pulegio, aut satureia, aut ca-
laminthe, aut origano, aut hyssopo. Ad eundẽ au
tem modũ, si caricæ cum alio quopiã eorum, quæ
facultatẽ habent acrẽ, aut omnino incidẽdi ac ex-
tenuandi, assumant, iuuabũt non solũ sic affectos,
sed etiã sanos. Siquidẽ iecoris meatus, ꝑ quos fert
alimentũ, apertos esse non ęgrotis modo, sed sanis
etiam est tutissimũ. Ad eum igitur modum uulgo
ficubus cum sale tenuato, aceto, & garo præpara-
tis, uescuntur, ꝙ ipsas utiles esse experientia didi-
cerint. Verisimile aũt est, ipsorum nõnullos medi-
ci cuiusdam cõsilio impulsos, ad edendas ipsas ac-
cessisse: deinde eam notitiã ad uulgus dimanasse.
Qui uero cum cibo aliquo crassi succi caricas fi-
cusue mandunt, non mediocriter offenduntur.

De uuis.

Ficus & uuæ quẽadmodũ inter fructus autum
nales principatũ obtinẽt, ita fugacib. omibus
magis

magis nutriunt, minimumq; praui succi habent, præ A
sertim cum exactam maturitatem fuerint adepta.
Porrò q ipsa nutriant, maximo argumẽto sunt ij
qui uinearum fructum custodiunt, qui cum duos
menses solis uuis ac ficubus, quorũ custodiæ præ
sunt, uescantur (nisi forte panis quidpiam cum il-
lis addant) corpulenti tamen admodũ fiunt: at ca
ro, quæ ex ipsis gignitur, haudquaquam est firma
ac densa, quemadmodum ea, quæ ex carnibus fit:
sed laxa est ac prehumida: ob id celeriter etiã, cum
uesci ipsis desierint, constringitur ac considet. Ve-
rum uuę minus alunt q ficus, maximumq; id ipsis
inest cõmodum, quòd uelociter subsideant. Quo-
circa, siquando hæserint, grauiter lædunt, cum id
maturis ficubus non insit. Hæ enim etiam si non
magnopere deorsum concedant, modo probe in B
uentriculo coctę fuerint, alimentũ corpori dant in
noxium. quorum neutrũ uuis adest. neq; enim re-
tentæ belle coquũtur: & dum in iecur ac uenas di
stribuuntur, succum crudum generãt, qui non fa-
cile in probum sanguinẽ mutetur. Nam acinorũ
substantia composita est ex ipsarum uelut carne et
humore, qui per carnẽ est dispersus, ex quo fit ui-
num: pręterea ex seminibus, atq; ex membranoso
tegumento, quòd omnia hæc extrinsecus circum
ambit. Cæterum seminum quidem substantia sic-
ca est, & quodãmodo adstringẽs, omniaq; intesti-
na peruadit, nihil, quod sensu deprehendi queat, à
sese mutata, nõ secus ac in ficubus ἰσχαμίδες. hęc
enim in utroq; fructu proportione inter se respon
dent, cũ utrunq; totius plantę sit semen, permeetq; C
non alteratum, non in chylum uersum, nulla deni
que in re immutatũ. Est & proportio quædã in te-
gumentis utrunq; fructũ continentibus, quæ ipsis
eum usum præstant, quem cutis animalibus. Exi-
guam aũt tegumentũ id recipit in uentriculo mu-
tationem: quò fit, ut quidam cum ipsum & omne
id quod intus habetur, suxerint, una cum semini-
bus expuant: quæ & ipsa nonnulli conãtur expue
re, potissimum cum acini grandes fuerint: nam in
exilib. id factu est difficile. Liquet porrò q aluus
magis laxatur, si sola acinorũ caro cum succo fue
rit trãsglutita sine seminibus ac membrana extrin
secus ambiente. Laxatur autem impẽsius, cum so
lus ipse succus expressus (mustũ uulgo appellãt)
fuerit transglutitus, qui uentrem, ni uelociter per- D
transeat, flatibus nonnihil implet. Ex hoc sanè ali-
menti nonnihil corpori accedit, copiosius tamen
ex carnea substantia: eoq; accidit uuas quasdã nu-
trire magis, quàm deijci: contrà, alias promptius
deijci, quàm nutrire. Ergo quibus exiguus est suc
cus, magis nutriunt: quibus uero est uberior, mi-
nus quidem nutriunt, sed promptius subsidẽt. Vo
cant autem uuas eiusmodi generosas, in quib. aci-
ni humidam quidem substãtiam habent exiguam,
solidiorem autem nõ paucam, quam ceu carnem
acini esse diximus. Atque ijs utunt, eas uarijs mo
dis autumno reponẽtes. Etenim in mustum ipsas
conijciũt, impletasq; ijs nouas ollas in uinaceis re
condunt. Voco autem uinaceos, solidas uuæ reli-
quias, cum in torculari succus ipsius omnis pror-
sus expressus fuerit: quas etiam homines in dolijs
componunt, stipantes ipsas ualide ac constringen
tes: appellãtq; idipsum τρύγα, id est, fecẽ, quod
ego uinaceos appellaui: nomine autem στεμφύ-
λον, id est, uinaceorum, acinorum radicem, quæ
ex palmite enascitur, appellant, quam nos βότρυ-
χον nominamus, unde acini ipsi pendent. In hanc
igitur τρύγα ollas nouas uuis refertas, condunt,
operculis exacte obturantes, ne alicunde difflen-
tur, et quà operculum cum olla committitur, pice
illinunt, perspiratus omnes obstruentes. Ipsam au
tem ollam esse oportet ex luto suaueolente & per-
fecte assato. Huiuscemodi certe uua, uentriculum
dissolutum roborans hominibus cibum fastidien
tibus, appetentiam excitat, non tamen per aluum
subsidet: & si sumpta largius fuerit, caput ferit:
quæ in musto conditur, magis adhuc quàm hæc,
caput infestat: pensilis uero nihil prorsus caput læ
dit, uentrem autem nec sistit, nec ad deiectionem
irritat. Eodem autem modo se habet & ad appe-
tentiam, ut quæ nec imbecillam excitat, nec for-
tem dissoluit. Porrò aliarum uuarum ea concoctu
est facillima, quam dixi homines in musto & ui-
nacijs, in totum sequentẽ annum usque ad secun
dam uindemiam reponere. Quę autem ex ipsis su
spenduntur, quum inaruerint, sunt inutiles, aliæ
quidem statim ipso uere, alię uero omnino saltem
æstate. Non parua autem est inter uuas differen-
tia, quòd aliæ sint dulces, aliæ acidæ, aliæ auste-
ræ, aliæ denique quæ nullam uehementẽ habeant
qualitatem: uocãt autem ipsas uinosas. Cæterum
quæ dulces sunt, succũ habent calidiorem, ob id
sunt sitibundæ: austeræ uero & acidæ frigidiorẽ:
uinosæ autem locum inter calidum ac frigidũ me-
dium obtinent. dulces item aluum subducunt, &
maxime si sint humidæ: acidæ, austeræq;, nõ huic
modo rei, uerum etiam coctioni in uentriculo, di
stributioni, ac nutritioni sunt noxiæ: acidæ certe
etiamsi exactam in ipsa uite maturitatem adeptæ,
suspendantur, ne sic quidem dulcescunt: austera-
rum autem quædam, si suspensæ diutius fuerint,
dulciores redduntur: acerbæ uero ut acidæ, etiam
si suspensæ fuerint diutius, mutationem in dulci-
us nunquam poterunt assequi: quocirca ipsarum
esus perpetuo est cauendus. Omniũ quidem cer-
te usus (si quis moderate sumat) est tutissimus,
quum uuæ natura fuerint carnosæ, ac maturæ.
Quæ uero nullam austeram qualitatem, uel aci-
dãm præ se ferunt, siue in uite summam maturita
tem obtinuerunt, siue quod maturitati deerat, ex
cõsequenti suspensione sint adeptæ, eas humidas,
affatim uentris deijciẽdi gratia licet ingerere. Qui
dam autem in eundem usum, mustum quoq;, idq;
dulcissimum, bibunt. Id enim maxime subducit.
Quod uero ab uuis austeris aut acidis est expres-
sum, ad omnia est pessimũ. Equidẽ nominibus sic
sum usus, quemadmodũ homines huius seculi u-
tuntur, satius esse ratus, res dilucide docere, q ue-
tere lingua Atticorũ uti. Quòd si cui antiquius id,
doctrinæ

doctrinæ perspicuitate fuerit, Attici uuarum par- A
tes solidas quæ musto expresso supersunt, βρύτια
appellant: στέμφυλα autem, oliuarum, cum oleum
fuerit expressum: quod uero crassum in uuis subsi
det, uulgus Atticorũ τρύγα, id est, fecem nomi-
nat. proinde nulla apud eos in uocibus est homo-
nymia, ut apud alios homines, qui βρύτια etiam
τρύγα nuncupant. Quin & tertia quædam huius
nominis τρυγὸς, est significatio, grecis huius me
moriæ usitata. Nam uinaceorum dilutum, τρύγα
uocitant: quod rursus ab Atticis δευτέρια, à no-
stratibus στεμφυλίτις, id est, lora appellatur. Con-
iectis nanq; in parua dolia uinaceis, tantum aquæ
superaffundunt, quoad omnia permadeãt. Quod
ubi satis factum uidet, in dolij fundo foramen ape B
riunt, ut dilutum effluat: idq; pro uino bibunt. Per
spicuum autem est, quòd pro uinaceorum copia
aquam, experientia docti, affundũt: quò uidelicet
lora, neq; aquosior sit, neq; meracior. Deinde rur-
sum aliam aquam, parciorem tamen priori, uina-
ceis adfundunt, ita ut id quoq; in potu sit tolerabi
le: quod quidam Attici proprie, non ut prius, δευ
τερίων nominari uolunt. Vtraq; lora capiti dolo-
rem affert, nisi qs dilutiores ipsas bibat, sed prior
magis caput ferit. Commodum autem huic potui
id inest, quòd ocyus per urinas reddatur. qua in re
magnum est pro uaria uuarum (ex quibus sunt ui
nacei) specie, discrimen. Quãdoquidem si dulces
fuerint, potus multo erit suauior, citiusq; per uri-
nas reddetur: sin uero acerbę, aut acidæ fuerint, in C
suauior longe, ac minus ciens urinas. Id autem di-
lutum ualentius multo fit, ac uinosus, cum τρὺξ,
id est, uinaceus ad uer, aut æstatem fuerit asserua-
tus. Hyeme uero si quis utatur, ut caput minus fe
rit, sic & per urinas minus secedit.

De uuis passis.

VVæ passæ cum alijs uuis eandẽ habẽt ratio-
nem, quã caricæ cum ficubus. Multæ enim
fiunt dulces, acerbæ autem omnino paucæ: pluri-
mæ uero ex dulci & austera qualitate sunt mistæ.
quanquã dulces nonnihil quoq; austeræ qualita-
tis habẽt: & austeræ, dulcedinis. Cæterum ut dul-
ces temperamento sunt calidiore, ita austeræ frigi-
diore. Ad hoc, austerę stomachũ roborant, & uen
trem constipant, & his multo magis acerbæ: me-
diam autem quodammodo inter ipsas constitutio
nem dulces obtinent, ut quæ nec stomachum dis-
soluant, nec aluum subducant. Dulcibus tamen,
ut uis quędam semper inest contemperandi, ita &
mediocriter detergendi, quibus duabus facultati-
bus exiguas mordicationes, quæ os uentriculi in-
festant (quod & stomachum appellamus) obtun
dunt. Perspicuum enim est, quòd mordicationes
maiores ualentiora postulãt remedia. Inter passas
autem præstantiores sunt, quæ tum pingues sunt,
tum corticem habent tenuem. Nõnulli autem, &
recte sanè, e dulcibus grãdibusq; (quales sunt scy-
belitides) prius quàm mandant, semina eximunt.
quæ & ipsæ inueteratæ, cutim durã crassamq; ha-
bent, easq; prius in aqua coguntur macerare: nam
& semen ipsum facilius sic eximit. Aliæ quædam
sunt, his contrariæ, solidæ & crassæ, quæ nullum
prorsus semen habent. Crescunt hæ in Cilicia, co-
lore subflauo. In Pamphylia autem scybeliticæ, &
colore nigræ: quæ, ut dixi, sunt maximæ: Minimę
autem in Cilicia, fuluæ proueniunt: Aliæ præter
has, in Cilicia nascuntur, colore nigro, magnitudi
ne mediæ: quemadmodum & apud alias plerasq;
gentes, potissimum in Libya. In Asia autem uarię
passarum species, mediocri magnitudine proueni
unt. etenim quædã subflauæ, aliæ nigræ, aliæ dul-
ces, & aliæ subausteræ cernuntur. Porrò, in frigi-
dis regionibus ne uuæ quidem ipsæ maturari ex-
quisite queunt, nedum passarum quæpiam. Qua
propter resinam uinis immittunt, ne celeriter ace-
scant. Porrò, quemadmodũ passarum differentia,
quæ à colore sumitur, nihil ad passarũ facultatem
confert, ita nec magnitudo: sola qualitatis, quę gu
stui inest, differẽtia potest omnia: cui soli intẽtus,
inuenies (ut ante diximus) & in quibus, & quo
tempore uti conueniat. Alimentum ex passis tale
qualitate in corpus distribuitur, qualis ipsarũ na-
tura fuerit, dulce ex dulcibus, austerũ ex austeris,
mistum ex ijs, quæ utriusque qualitatis sunt parti-
cipes. Quantitate uero copiosius ex pinguibus ac
dulcibus: parcius ex austeris & macris. Quòd si
passarum pinguiũ ac dulciũ, à quibus semina fue-
rint exempta, parem molem cum pari uuarũ mo-
le cõtuleris, passas ualentius nutrire deprehẽdes.
Huiusmodi sanè ut minus ꝗ caricæ subducãt, ab
stergantq;, magis tamen ꝗ illæ stomachũ iuuant.

De sycaminis, quæ & mora appellant.

NOn hæc Attici sermonis affectatoribus scri
bimus (fortasse enim ne legere quidem ipsa
dignarentur, corporis simul & animi sanitatẽ pro
nihilo ducentes) [sed medicis quidem, qui de At
ticismo non magnopere laborant: tum autem &
alijs, qui ut animalia ratione prædita, honorẽ, glo-
riam, diuitias, et autoritatem inter ciues, corporis
& animi ualetudini postponunt.] Certo em̃ scio,
hos linguam Atticorum nihilo pluris ꝗ cæterorũ
hominum æstimare: corporis uero sanitatem præ-
stãtius quiddam ducere ac dignius ei homini, qui
uiuere secundũ naturam studuerit. Cum igitur in
D telligam, sermonem simpliciorẽ ijs esse utiliorem,
nominibus utor quę ipsi intelligant, etiam si uetu
stis Græcis non sint consueta. Mororũ igitur no-
men uulgo est cognitum: si non alia de causa, sal-
tem ob medicamentum στοματικὸν, id est, ori gra-
tum, quòd, διὰ μόρων appellatur, quod eorum suc
cum recipit. Quibusdam autem ex fructibus autu
mnalibus, quos deinceps recẽsebimus, pleriq; ho-
mines ignorant, quo nomine ante annos sexcen-
tos ab Atheniensibus fuerint appellati. Animad-
uertunt enim huius tempestatis Athenienses, fru-
ctus omnes non alio nomine appellare, ꝗ quo re-
liqui Græci appellant: sed & mora ipsa, sycamina
nihilominus, ꝗ mora nominare. item persica, nu-
ces, pręcocia: ac in summa, reliqua omnia pro alio
rum Græcorum consuetudine. Neq; enim detri-
menti

menti quidquã ipsis ex uetustarũ appellationum ignoratione accidet, si facultates ipsorũ exploratas habuerint. Satius enĩ fuerit scire, ex cibis qui subducuntur, posteriores quidẽ sumendos qui tarde permeant: omniũ aũt primos, qui celeriter quidem peruadunt, corrumpũtur tamen, si in uentriculo morentur diutius, q̃ ipsorum nomẽclaturas nosse. Non tamen omnino ignorare homines mihi uidentur, qui ordo in ijs quæ mandunt, sibi sit seruandus: quandoquidẽ ipsos uideas in plurimis cibarijs eum seruare. Præsumunt enim radiculas, oliuas, & fœnũ græcũ ex garo: post hæc, maluas, betam, & alia id genus olera cum oleo & garo. Et enim, si uel tantillũ mentis habeant, diuturna experientia docet eos facultates eorum, quæ quotidie cibi gratia sibi præparant. Quorũ uero multo interuallo usus atq; experientia incidit, ea soli homines solertes obseruant, ac memoriæ mandant. Sycamina igitur celerrime pertranseunt, cibisq; alijs prœeunt, si in uentriculũ purum inciderint, & sumpta primis epulis fuerint. Quòd si sũpta post alios cibos fuerint, aut etiã prauũ succum in uentriculo offenderint, celerrime unà cum alijs cibis corrumpuntur, nouo quodam corruptionis genere, & quod uerbis explicari nequeat, ut in cucurbitis accidit. Oĩa enim hæc, si modo celeriter in corrupta subsederint, cibis fugacibus minus sunt noxia: sin minus, corrumpuntur non aliter q̃ pepones: quanquã hi quoq;, si celeriter subducãtur, nullam magnam noxam adferũt. Tempus autem utendi, ut peponibus, ita et moris est, cum corpus uẽtriculi squalore æstuat, quo tẽpore necesse quodammodo est, hepati quoq; idem accidere. Cucurbitæ quidẽ & cucumeri, tũ maturo, tum ante maturitatem: ad hæc & melopeponi nulla adstringẽs qualitas inest. sycaminis uero, & potissimum cum nondum admodũ maturuerint, qualitas eiusmodi cõspicue inest: immaturioribus aũt inest simul & acida. Proinde nõnulli ab arbore ipsa detrahentes ac siccantes reponunt, medicamentũ ad dysenteriæ, ac diuturnæ diarrhœæ curationẽ utile sibi futurum. At nunc nobis non est propositũ medicamentorum facultates exponere. Rursus igitur ea repetamus, quæ sycamina ipsa ut alimentum possunt agere. Quòd quidẽ celeriter subducantur, dictum nobis prius fuit: quod eis accidit forte propter solã substantiæ humiditatẽ ac lubricitatẽ: forte etiam propter admistã qualitatẽ quandã acriorem, q̃ deiectioni excitandæ satis esse possit: quandoquidem qualitas adstringens, nõ modo ad subductionem nihil cõfert, uerumetiã suapte natura uentrem cõstipat. Didicisti aũt ex cõmentarijs de simplicium medicamentorũ facultate, pleraq; esse corpora, quæ facultates habeant contrarias. Coniector igitur mora exiguã in seipsis habere facultatem eiusmodi, qualis magna medicamentis purgantibus inest, cuius beneficio non modo facile secedunt, sed corrumpuntur etiam, si diu in uentre manserint. Quód si corrupta (ut dixi) non fuerint, omnino quidem humectant, non tamen om-

A nino refrigerant, nisi sumpta fuerint frigida. Alimentum aũt corpori præbent minimum, quo modo pepones, non tamen, ut ij, uomitũ excitant, neque stomachum lædunt.

De cerasijs.

EX cerasijs quædam sunt, quæ moris sunt similia, cuiusmodi sunt ea, quæ minimam habent adstrictionẽ: alia ruborum fructui, ut ea, quæ euidentius adstringunt: quædam autem sunt, quæ uel ualentius ijs adstringant. Proinde memoratæ cuiusq; speciei facultatem, ex ijs, quę de sycaminis & rubi fructibus dicimus, potes colligere.

De rubi fructibus.

RVborum fructũ homines apud nos βάτινον appellant, quemadmodũ mora & sycamina: utroq; enĩ modo ipsa nominãt: sunt aũt
B βάτινα q̃ mora magis adstringentia: & siquis largius ijs uescatur, capitis dolorẽ sentiet: alij stomacho anguntur. Proinde fructũ hũc abluamus oportet prius, q̃ mandere ipsum aggrediamur: quod maxime in sycaminis quoq; est faciendũ. Non tamẽ uentrem subducunt, sed potius cohibent: & siquis immatura ipsa prius sicca reposuerit, multo etiã magis cohibebunt. Omnia tamen medicamẽta, quę ex mororum succo parantur, si facta ex ijs quoq; fuerint, facultatem habebunt efficaciorem.

De fructibus canirubi.

FRuctus canirubi multo magis q̃ ruborũ adstringit: ob eamq; causam uentrẽ magis cohibet. Vescuntur aũt ipso frequẽter rustici, exiguũ
C alimentũ corpori suggerente: uocãtq; κυνόσβατον, id est, canirubum.

De fructibus iuniperi.

FRuctus iuniperi, qui ἀρκευθὶς dicit᷑, acris est admodum cum exigua dulcedine, & minori præterea adstrictione. Habet autẽ & aromaticon quiddam. Perspicuũ certe est, ꝙ calefacit quidem, tum propter acrimoniã (demonstratum enim est, acria omnia calefacere) tum aũt maxime propter odorẽ ac gustũ aromatibus adsimiles. omne enim ἄρωμα, calidũ. Hepar aũt & renes purgat: & succos crassos ac lentos uidelicet tenuat: unde medicamẽtis salubribus admiscetur. Alimentũ autem ex ipso exiguum corpori hominũ accedit. Quòd siquis ipsum largius sumpserit, stomachum mordet, & caput calfacit: ob idq; ipsum nonnunq; re-
D plet, doloribusq; infestat uentrẽ, nec proritat, nec cohibet: urinas tamen mediocriter uacuat.

De fructibus cedri.

FRuctus cedri, qui κεδρὶς dicitur, colore quidem & figura, fructui iuniperi est similis, subflauus enim est ac rotundus: dissidet autem ab eo acrimonia. Nec multũ abest, quin fructus hic ex genere sit medicamentorũ: cum nullum præbeat corpori alimentũ, nisi quis aqua ipsum macerarit. Omnibus enim acribus id est cõmune, ut soluta ipsorũ acrimonia, exiguum alimentũ corpori præbeant. Quin etiam cedrorũ fructus, ut fructu iuniperi durior est ac siccior, ita ꝓfecto exilior, nihil, ut ille, habens aromaticon. Perspicuum aũt est, ꝙ & stomachũ ualde mordicat, & capiti dolorem infert, nisi quis ipsum parcissime sumpserit.

De nuce

De nuce pinea.

NVx pinea boni ac crassi est succi, multumq; nutrit, non tamen facile concoquit. Appellant aũt nũc Græci ipsum nõ κῶνον, sed στρόβιλον.

De fructu myrti.

GRæci fructum hunc μύρτα nominant, nutritq; tenuiter ęque ac fructus iuniperi, facultatem tamen habet contrariam. Quandoquidẽ ualenter adstringit, & ob idipsum aluum sistit: nõ tamen pro ratione adstrictionis, frigidius facultate est: propterea quòd adstrictionẽ habet non solam, sed acrimonia etiam quadam admistam. Porrò cibis omnibus, qui qualitatẽ medicamentosam habent uehementem, est cõmune, ut cum eam qualitatẽ coctione, aut assatione, aut maceratione deposuerint, exiguum corpori dent alimentũ, prius autem prorsus non nutriant. Id enim ipsum & cæpis & porris accidit.

De persicis.

FRuctum hũc, siue mala persica, siue (ut Græcis nunc mos est) simpliciter persica appellare uelis, siue aliud quoddam uetus nomen præter hæc uestigare, potes id per magnũ ocium facere. Nunc autem discas, quod nominibus ipsis erit utilius, quòd scilicet ipsorũ succus, & ueluti caro facile corrumpitur, prauaq; omnino est. Quocirca (quod quidam facere solent) nõ sunt post alios cibos mandenda: corrumpuntur enim in superficie natantia: sed in omnibus, quæ praui quidem sunt succi, uerum humida sunt ac lubrica, & quæ subduci facile queant, id cõmuniter tenendum, ea ob ipsum ante alios cibos esse sumenda. Ita enim fiet, ut & citius subducantur, & aliis cibis uiam muniant. Quę si sumpta postrema fuerint, unà secum alia quoq; corrumpent.

De armeniacis ac præcocibus.

HAec quoq; ex genere sunt persicorũ, bonitate nõnihil illa superantia. Neq; enim in uentriculo, ut illa, corrumpuntur, neq; acescunt: uulgo autem suauiora apparent: unde etiam stomacho sunt gratiora: cætera enĩ illis sunt similia. suauibus autem omnibus id inest: quemadmodum in suauibus, ut uentriculũ resupinent, ac subuertant, & ad uomendum incitent, cupientem quàm celerrime quod infestat, abiicere: id quod facit pro momento eorum, quæ infestant. quæ enim uergunt deorsum, ea ipsa expellit. Quæ uero supernatant, per uomitus eiicit. Idem facit, & cũ succi praui ex toto corpore in sese defluunt. Etenim, qui ex iis in partem uentriculi superiorem confluunt, uomitu uacuantur: qui uero in inferiorem, pariunt diarrhœam. Porrò, quòd fructus omnes autumnales exigui sint alimenti, dictũ id nobis prius fuit. Præcocia tamen, quæ uocãt, armeniacis sunt præstantiora. Qui autem præcocium nomen fugitãt, utraque mala armeniaca appellãt. Alii uero armenia, per quatuor syllabas, non quinque.

De malis.

GEnus horũ non est simplex, quo modo neq; pirorum, neq; punicorũ. Quædã enim sunt, A quę saporẽ habent austerum: alia acidum, aut dulcem: nonnulla etiam ex iis mistum, apparentq; & dulcia simul & adstringentia. Pręterea alia quędã cum dulcedine manifestũ habẽt acorem. Ad hæc, alia cum acore acerbitatem. Inuenias autem interdum, & quę hos tres sapores simul habeãt euidentes adeo, ut acida appareãt & dulcia, acerbitatisq; habeant nõnihil. Perspicuum autem est, quòd adstringens, austerum, et acerbum, tria hæc nomina saporis, qualitatem unicam significant. Quòd uero acerba quidem in eo ab austeris differant, q̃ ualentius adstringant, commune autem ipsorum genus est adstringẽs, ex quarto libro de simplicium pharmacorum facultate didicisti, in quo de saporum substantia ac facultate tractauimus. Memor B igitur illorũ, scito mala quidẽ q̃ adstringũt, succũ habere frigidum ac terreum. Quæ uero acida apparent, frigidũ quidem, uerum tenuium esse partium. Mediæ autem temperaturæ esse dulcia, quæ tamen ad calidius uergunt: quemadmodum quæ omĩs qualitatis sunt expertia, ac ueluti aquosa, ad frigidius inclinant. His igitur uteris pro uincenti in saporibus facultate, austeris quidẽ pomis, cum uentriculus uel propter calidam intemperiem, uel multam humiditatẽ fuerit imbecillus: acerbis autem, cum duo hæc aucta admodũ fuerint: acidis, quando succum crassum, qui non magnopere frigidus sit, suspicaberis in ipso esse collectũ. Quandoquidem succus frigidus non acida, sed acria postulat. utraq; certe & acida & acria succos crassos C incidunt: in eo tamen differunt, quòd hęc quidem cum calfactione: illa autem cum refrigeratione id præstent. Perspicuũ porrò ex iis quæ sæpe iam diximus, est, quòd adstringentia quidem, quantum in ipsis est, alui deiectiones semper cohibẽt: acida uero, cum succum crassum in uentre inuenerint, ipsum incidunt, ac deorsum subducũt, ob idq; deiectiones humectant. Quòd si uentrem purum inuenerint, ipsum magis sistũt. Porrò succus dulcis, cum sine acrimonia & crassitie, hoc est, cum solus planè fuerit, celerius, quãtum in ipso est, distribuitur. Quòd si acrimoniam, aut crassitiem habuerit, citius subducitur. Est autem & aliud succi genus, nõ in pomis modo, uerum etiam in aliis omnibus, quod aqueũ & qualitatis expers appellant, D ut antea quoq; diximus: quod stomachũ quidem minimũ iuuat, in medio autem est memoratarum facultatum, quemadmodum & aqua ipsa. Inest autem pomo eiusmodi id uitium, quòd cum ad mandendum ipsum aut uoluptate, aut utilitate adducantur, quando neq; gustu iucundum ipsum, neque quemadmodum adstringentia, robur uentri inducere, neq; fluentem ipsum sistere compeciũt, merito cõtemnunt: quemadmodum & apud nos quidem in multis Asiæ locis, suibus ipsum proiicimus, πλατανίστινον appellãtes, quòd tenera platanorum folia gustu quodammodo repræsentet. Cæterum optima genere poma non sunt ante colligenda, quàm in arboribus maturuerint: concoctu enĩ sunt difficilia, & frigida, tardeq; permeant,

& praui

& praui sunt succi: ut interim omittam, quòd succum etiam habent frigidum, ac leuiter crassum.

Quæ uero belle matura in hyemem & uer proximum asseruant, ea sæpe in morbis maximum adferunt pręsidium, aut cataplasmatis modo cum a rina admota, aut in calidis cineribus mediocriter assata, aut pulchre in aquæ bullientis uaporibus percocta. Cæterũ post cibum statim dare ipsa conueniet, nonnunquam autem & cum pane ad uentriculum & stomachum roborandum, ijs qui deiecta sunt appetentia, tardeq; concoquunt, quiq; uomitu, diarrhœa, ac dysenteria infestantur. In hunc usum acerba sunt apta. Parata eñ, ut iamiam præcepi, mediocrem retinent adstrictionẽ, cum, si mediocriter austera fuissent, in eiusmodi apparatu adstrictionem omnem deposuissent, ob idq; similia ijs euadunt, quæ ab initio sunt aquea.

Qui fiat, ut esus pomorum aut pirorum adstringentiũ, uentrẽ quibusdã deijciat.

CVm aũt quosdam audiuissem, qui dicerent, uentrem sibi ab esu adstringẽtium subduci, satius esse putaui, quę de eo ratione atq; experientia sæpe cognouissem, hoc loco semel fusius explicare. Cum Protas rhetor quidã, ciuis noster narraret, uentrem sibi post esum pomorũ ac pirorum austerorum deijci, re intellecta atq; in ipso per experientiã cõprobata, audacius postea in alijs ipsum sum expertus. Rogaui enim hominẽ, ut mecũ uel unum diem uiueret, ut scirem quo tempore, & ꝙ multis uesceretur astringentibus. Ac primum hominem statim sum hortatus, ut more suo uiueret, C neue ulla in re consuetam sibi uictus rationem immutaret: ipse autem, cum post balneum, paucula aqua præbibita, fœnumgræcum, radiculam, & id genus alia (quæ ante alios cibos omnes ferè sumere consueuerunt) similiter & ipse sumpsisset, uinumq; dulce, quantitate mediocri, adbibisset, comedit deinceps maluas cum oleo & garo, & pauco uini: & post illa piscis quidpiam, suillę, & auis: deinde, cum secundo bibisset, pauco tempore intermisso, sumpsit pira austera: postea deambulatũ progressi, nõ multum deambulauimus, cum uenter illi maiorem in modum est solutus. Quæ cum essem conspicatus, pactus sum cum amico, ut postridie quæ ad suam uictus rationem pertinerent, mihi cõmitteret. Qui cum mihi prompte esset as- D sensus, prima omniũ, post balneum, pira exhibui: deinde alia deinceps, ut consueuerat: quibus peractis, non modo non uehementer, sed ne mediocriter quidem aluum deiecit. Mirabatur sanè (ut par est) rei euentum, causamq; eius à me sciscitabatur: cui ego hæc, quæ nunc referam, exposui. Nã cum garum (inquam) unà cum ijs quæ cum eo sumpseras, aluum suapte natura subducat, idq; iam ante fecerit, adstringentia postremo loco sumpta ijs potissimum, qui stomachum habẽt imbecillum, deiectionis sunt causa, uentriculum roborantia, & ad expellendũ deorsum, quæ in sese continet incitantia: quod magis (inquam) fatebere, si cras prima omnium astringentia sumpseris: secundo aũt A post illa, carnosa: omniũ postrema, quę cũ oleo & garo mandunt. minime inquit, repente eñ uomerem, si maluas ultimas cũ oleo & garo manderẽ. optime (inquam) respõdisti. Illa eñ uentriculum subuertũt, & potissimũ os ipsius, quod iam omẽs stomachum uocare cõsueuerũt: adstringẽtia uero roborant, ac firmãt: quò fit, ut siquis alius succus uentriculũ subuerterit (quod solet bilis pallida efficere, in ꝗbus copiosior est aceruata) qui sic est affectus, siquid adstringentiũ gustarit, succum infestantem repente deorsum excernet. Deinde ostendi ei iuuenẽ quendam, qui narrabat cũ paucis diebus ante, purgãdi gratia, succũ scãmoniæ sumpsisset, & horis quinq; post sumptũ medicamentũ iam pręterlapsis, nulla secuta esset excretio, stoma- B chum quidẽ sibi premi, uentriculũ aũt intumescere ac grauari cœpisse, quas ob res attonitũ se, atq; animi incertũ, symptomata, ꝗbus infestabaṫ, mihi cõmunicasse. Quonã igitur modo hominẽ sanauerim audi (inquam) iuuenẽ ipsum: tum protinus pręsentem ei exhibui, ac narrantẽ, ut ego imperarim sibi exiguũ quiddam mali astringẽtis, aut punici, aut piri, manderet: ipse aũt simulatq; comedisset, malis statim fuerit liberatus, copiosissima ac cõferta ex ipsius uentre facta excretione. Scito igitur (dixi rhetori) tibi quoq; idem cõtingere, cũ propter uentriculi totius ac stomachi imbecillitatem, adstringẽtia postremo loco sumpseris. Tũ ille, uerissimũ (inquit) est, quod dixisti. Talis eñ mihi natura est stomachus, facileq; à quibusuis subuertitur. Ego uero post cibũ, studiosius austerum quidpiã esito, tũc, cum ipsum supinũ admodũ esse sentio, adeo, ut propè iam nauseet. Ex hac de rhetore narratiõe, satis intelligere poteris, ijs, qui stochum habẽt imbecillũ, uentrem deijci, cũ postremis epulis adstringentium quidpiam sumpserint.

De cydonijs & struthiomelis.

HIs pomis eximiũ quiddam, quod in alijs non inuenitur, inest. Nam præter quàm quòd adstrictionem habent copiosiorẽ, succus etiã eorum diu durat ac permanet, siquis ipsum cum melle coctum asseruare uelit. Cum aliorum pomorum succus, si reponatur, acescat, propterea quòd multam habet humiditatẽ. Nos autem & medicamẽtum, quod ex succo struthiomelorũ cõficitur, quodq; D ijs qui deiectam habent appetentiam, est accommodatissimum, cum forte in loco conspicuo non esset positum, tandem post annos septem inuenimus, nihil in qualitate immutatum: crustam enim orẽ uasculi densam fecerat, cuiusmodi in melle sæpenumero & alijs quibusdam adcrescit: quam seruare incumbentem conueniet, si uelis pharmacum, aut mel diutissime citra mutationem seruare. Atq; id mihi obiter sit dictum: cuius autem rei gratia, medicamẽti, quod longiore tempore mansit incorruptum, memini, denuo id resumam. Permanens est struthiorum malorum succus, quando paratus rectè fuerit, quemadmodum & cydoniorum: uerum hic minus est suauis, & maxime adstringens. Quocirca ad uentriculi admodum

exoluti robur uti eo aliquando possumus. In Iberia autem edulium componũt, quod μηλοπλακοῦντα appellant, quod adeo durat, ut patinæ recentes ipso refertæ Romam adferantur. Componitur autem ex melle & carne læuigata, cocta cum melle. Nostrum uero medicamentũ, quod ijs qui deiectam habent appetentiam, comparatur, non ex melle solo, & malorum succo, sed & piperis albi habet quidpiam, & zingiberis, & aceti. Non tamen iam plura de eo uerba facere conuenit, cum alibi de eo fusissime tractauerimus.

De piris & punicis.

QVæ de malis diximus, si ad pira & punica transtuleris, nihil erit qđ nos de ipsis nouũ dicere oporteat. Etenim in his quoq; alia sunt austera tantũ, uel acerba: alia, acida: alia, dulcia: alia B ex horum mistione cõposita: & alia, quę nullã penitus huiuscemodi qualitatẽ habent exuperãtem. quò fit, ut cum aquea sint ac hebetia, omnis facultatis roborandi sint expertia. Pirorum igitur usus pomorũ usui omnino est similis. Punica uero cætera quidem sunt similia, in eo tamen discrepant, quòd nunq; cum hordei farina assentur, neq; in aqua aut uaporibus elixentur. Succum aũt habent piris & pomis copiosiorem, & preterea gustu suauiorem. Sunt autem interdum prædictis duobus fructibus utiliora, tum ad alios affectus, tũ ad eum cuius Hippocrates libro secundo de morbis populariter grassantibus meminit, his uerbis. Mulier cardialgia torquebatur, nec prius malum est sedatum, q̃ polenta succo punici aspersa, semel in C die uteretur, reliquis cibis abstinens, neq; amplius uomitu reijciebat, qualia Cherion Charitonis filius. Perspicuũ certe est, quòd uitioso humore partes ad os uentriculi (quod certe καρδίαν etiam appellat) attinentes imbuẽte, mulier erat nauseabunda, cardialgiaq; torquebatur. Nam uerbum καρδιώσσειν nil aliud significat, q̃ symptoma, quod mordicationi stomachi succedit. Hũc certe humorem polenta quidem exiccauit: succus aũt punici cum ea sumptus, uentriculũ roborauit adeo, ut humorem in tunicis ipsis cõtentũ expellere potuerit. Punica quidem q̃ minimũ corpori præbent alimentum, ut ipsis nunq; ceu alimento, sed tantũ ut medicamento egeamus: Pira uero, & potissimũ quæ magna sunt (uocant autem ipsa apud nos fœminino genere, μινάτας) aliquantũ nutriunt. Proinde in tenues orbes ipsa secantes, & postea exiccantes reponunt, quę elixa, uice ciborũ parũ nutrientiũ, hyeme & uere, cũ fames est, mandunt. Attici quidem priorem syllabam ῥοιῶν scribunt sine ἰῶτα, Iones uero cum ἰῶτα: uerum id nihil ad hominum uitam adfert cõmodi: queadmodum neq; in ὄων, id est, sorbis, quæ Gręci quidem omnes huius nostræ memoriæ sic nominant: Attici autem cum υ pronunciare ipsa nõ permittunt. Speculationem igitur de nominibus, illis relinquentes, de facultate ipsius fructus disputabimus.

De mespilis, & sorbis.

QVæ de predictis diximus, eadẽ de his quoq; A sunt dicenda. Ambo ẽm astringunt: uerum mespila multo ualentius, q̃ sorba. Proinde uentri fluenti cibus est utilissimus: sorba tamen in cibo ipsis sunt suauiora. Omnino enim nihil habent adstringens æque ac mespila, sed ipsorũ succus est austerus sine ulla acerbitate. Liquet autem, quòd omnibus huiuscemodi parce est uescendum, nõ autem affluẽter, ut uuis ac ficubus. Nullo enim ipsorum ut alimento, sed ut medicamento potius indigemus. Hæc tibi sunt utiliora, q̃ scire priorem syllabam nominis ὄων, à ueteribus Atheniensibus per literam ο tantum scribi & pronunciari.

De fructu palmæ.

FRuctum palmæ siue glandes appellare uelis, siue palmas, eodem cum tota arbore nomine (ut iam Gręcis om̃ibus mos est) neutro modo aut incõmodaris, aut ipsius facultatis cognitionẽ promoueris. Nõ pauca aũt in ipsis est differentia: quędam enim sunt siccę & adstringẽtes, ut Aegyptię: aliæ molles & humidæ & dulces, ut quę καρυωτοὶ appellantur. præstantissimæ autem hæ in Syria palestina nascuntur in Hierichonte: reliquæ omnes palmæ inter dicta duo genera sunt mediæ. Difficiles autem sunt concoctu, capitiq; dolorem inferũt. quarum aliæ quidem magis: aliæ minus sunt humidæ ac dulces: siccæ atq; adstringentes. Verum cõstitutis extremis, iam omne quod in medio est, facillime deprehẽdes. Nulla certe ex ipsis est, quæ non dulcedinem quandam & adstrictionem habeat. Siquidem καρυωτοὶ, exiguæ adstrictionis: Thebaicæ, obscurę dulcedinis sunt participes. At succum quidem dulcem, nutrire: austerum autem gratum esse stomacho, & uentrem sistere, ostendimus. Palmæ autem, si largius sumantur, omnes concoctu sunt difficiles, et capiti dolorẽ adferunt: quædam autem, & morsus cuiusdam sensum ori uentriculi inducunt, quod medici stomachum appellãt. Succus autem, qui ab ipsis in corpus distribuitur, crassus quidem omnino est: habet aũt & lentoris quidpiã, cũ palma ipsa pinguis fuerit, sicuti καρυωτή: cum aũt dulcedo tali succo mista fuerit, celerrime quidem hepar ab ipsa obstruitur, læditur autẽ maxime ab ipsorum esu, q aut inflammetur, aut scirrho obsideatur: post hepar autem, D & lien obstruitur ac lęditur. Multo autẽ maxime palmæ uirides, si paulo largius sumantur, ad omnia sunt noxiæ. Perspicuũ porrò est, quòd dulces quidem succum habent calidiorem, astringentes autem frigidiorem. Quin & palmę uirides, quem admodum & ficus, flatus gignunt: nam palmæ uirides eandẽ habẽt ad alias palmas proportionem, quam ficus habent ad caricas. In regionibus autẽ non admodum calidis, palmæ non perfecte maturescunt, adeo ut reponi queant. quò fit, ut cum homines cogantur ipsis uiridibus uesci, crudis succis impleantur: rigoribusq;, qui ægre calefiant, & hepatis obstructionibus prehendantur.

De oliuis.

EXiguum quidem & ipsę corpori præbent alimentum, & potissimũ caducæ, quas uulgo ferè

fere cum pane: sine pane aūt mandunt cum garo
ante alios cibos, uentris subducendi gratia, quas
ἁλμάδας & κολυμβάδας appellant. Porrò quem-
admodū caducæ, pinguedinis habent plurimū: ita
hę, succum adstringentē. Proinde stomachū robo
rant, & appetentiam excitant. Aptæ aūt ad hanc
rem sunt, quæ cum oleo reponūtur. quas artis ob
sonatricis periti uarie præparāt. cuius artis nolim
medicum omnino esse ignarū. Nam quod suauius
est, facilius ijs quæ ex æquo sunt salubria, conco-
quitur. Verum non est nunc dicendi locus, neque
de obsonatricis speculationis peritia, neq; de arte
ipsa: alius enim locus ipsis est proprius.

De nucibus.

QVidam nuces regias appellant eas, quæ nūc
nuces ab omnibus nominātur. Sunt & aliæ
quædā, quæ λεπτοκάρυα appellant, prædictis mul
to minores, quas nōnulli ποντικά, id est, ponticas
seu auellanas uocitant. Multus aūt ambarum est
usus: alimentū corpori præbent exiguū, copiosius
tamen pontica nuncupata, ꝗ̃ nux regia, ꝙ ipsius
substantia sit coactior ac minus oleosa: regiæ autē
laxior est, continetq; in se ipsa plus pinguitudinis.
Habet tamen & adstringentis qualitatis non exi-
guum, quæ tandem procedente tempore marces-
cit: tota ipsius substantia in succum pinguē trans-
mutata, adeo ut cibo prorsus sit inepta, quòd sua
pinguedine, oleo ueteri adsimilis apparet. Cæte-
rum quę uiridis adhuc est ac humida, neq; adstrin
gentis qualitatis, neq; oleosæ conspicue est parti-
ceps: sed magis quodā modo est ἄποια, id est, qua-
litatis expers: quod saporis genus aqueum (ut di-
xi) uocare consueuimus. Coquitur tamen hæc
nux facilius quàm pontica, stomachoq; est grati-
or, & multo magis quando cum caricis manditur
Traditum autem à plerisq; medicis est, hominem
à pharmacis letalibus nihil magnopere læsum iri,
si utrasq; has ante alios cibos cum ruta sumpserit.
Liquet preterea, quod humida quidem apta ad de
iectionem est: sicca uero, minus. Plerisq; autē uen-
tris subducendi gratia cum garo etiam ipsam præ
sumunt: in quem usum uiridis est accommodati-
or, ut quæ adstringentis qualitatis minus sit parti-
ceps. Quin & siccarum quoque, si prius (quod
nonnulli faciunt) in aqua fuerint maceratæ, facul-
tas uiridibus est adsimilis.

De amygdalis.

AMygdalę nihil prorsus habent facultatis ad
stringentis. sola enim tenuādi facultas ac de
tergendi in eis præpollet: qua tum uiscera purgāt,
tum humores e pulmonibus ac thorace, sputis ex
pectorant. Quædam autem ipsarum facultatē ha-
bent, succos crassos ac lentos incidendi adeo exu
perantem, ut mandi præ amarore nequeant. Oleo
sæ tamen ac pinguis qualitatis, ut nuces, sunt par-
ticipes: cuius causa & ipsæ procedēte tempore fi-
unt, ut illę, oleosæ: minor tamen eis inest hæc qua
litas, ꝗ̃ in nucibus. quò fit, ut tardius ꝗ̃ nuces, o-
leosæ fieri cernātur. Ex ijs sanè intelligi potest, ꝙ
neq; uentri subducendo conferunt, neque corpus

A multum nutriunt. Quæ uero qualitatem amaram
habent præpollentē, eæ ad pus & succos crassos
ac lentos ex thorace & pulmonibus expuendos
plurimum conferunt. Eorum uero, qui nullam ar
tem ad uitam utilem excoluerunt, sed seipsos ap-
pellant Atticos, alij fructum hunc, genere fœmini
no amygdalas enunciari oportere cōtendunt: alij,
neutro amygdala: ne idipsum quidem, de quo tan
topere contendunt, intelligentes, utroq; nomine
apud uiros Atticos scriptum esse.

De pistacijs.

HAec quidem ad magnam Alexādriam pro-
ueniunt, sed multo uberiora in Berrhœa ur
be Syriæ: parum quidem nutrientia, uerum ad he
B par roborādum, & succos in ipsius uijs infarctos
purgandos utilia: qualitatem enim habent aroma
ticam, subamaram, & subabstringentem. Scio au
tem & alia huiuscemodi pleraq; hepati esse utilis
sima, queadmodū in opere de simplicibus medi-
camentis est demonstratum. Porrò non ausim af-
firmare, ullam ex ipsis stomacho accedere utilita
tem, aut læsionem insignem: quemadmodum ne-
que, quòd aluum deijciant, aut sistant.

De prunis.

RAro inuenias hunc fructum austerum, aut a-
cidum, aut in summa insuauitatem quādam
habere, cum maturus exacte fuerit. prius enim ꝗ̃
pruna eò maturitatis peruenerint, omnia prope-
modum, aut acorem, aut acerbitatem, alia amaro-
C rem repræsentant. Corpori itaq; ex hoc fructu mi
nimum alimenti accedit: utilis tamen est ijs, qui-
bus propositum est, uentrem mediocriter hume-
ctare ac refrigerare. ipsum enim nō aliter ꝗ̃ predi-
ctorum quædā, subducit cū humiditate sua, tum
lentore. Siccatus uero et ipse potest esse usui, quē-
admodum & ficus. Fama est ea pruna omniū esse
præstantissima, quæ in Damasco urbe Syriæ na-
scuntur: secunda aūt post illa esse, quæ in ea regio
ne, quam Iberiam ac Hispaniam nominent, proue
niunt. uerū hęc quidem nihil adstrictionis prę se fe
runt: nōnulla uero Damascenorū, uel plurimum.
Optima aūt inter ipsa sunt, quæ cum mediocri ad
strictione magna sunt & laxa: quę aūt exigua sunt
& dura & acerba, praua sunt, tum si esum species,
tum si alui deiectionem, quę maxime sequitur ea,
D quæ ex Iberia adferunt. Cocta autem in melicra-
to in quo plusculum sit mellis, aluū admodū deij-
ciunt, etiāsi quis sola ipsa sumpserit, & multo ma-
gis si post ipsa melicratum sorpserit. Perspicuū au
tem est, ꝙ ad aluum deijciendam confert post sum
pta ipsa, uinū dulce adhibere, temporisq; aliquid
interponere, non aūt statim post prandere. atq; eti
am id, omnibus quæ aluum deijciūt, cōmune, me
moria est tenendum, quemadmodum & alia, quæ
pluribus speciebus sunt cōmunia, ne de ijsdem sæ
pe audire postules.

De fructu quem serica appellant.

NE hæc quidem ausim affirmare, quicꝗ̃ ad sa
nitatis tutelam, aut morborum profligatio-
nem pertinere. Mulierum enim atque infantium

effrenatorum est edulium: quod exigui est alimenti ac concoctu difficilis: & præter quàm quòd stomachum non iuuat, paucum etiam alimenti corpori exhibet. A

De ceratijs, id est, siliquis.

CEratia, quorum tertia syllaba per literam t, & scribitur, & pronunciatur, nihil habent cum cerasijs, per s scriptis, similitudinis. Est aūt parui succi edulium ac lignosum: quā rem necessario sequitur, ut cōcoctu sit difficile: nihil eñ quod lignosum est, facile coquitur. Quinetiā incommodum id ipsis inest haudquaq; aspernandum, quòd non celeriter deijciātur. Proinde satius est à regionibus oriētalibus, in quibus nascitur, ad nos non importari.

De cappare. B

CApparis planta est fruticosa, plurima in Cypro proueniens. Facultas aūt ipsi inest tenuium admodum partium: quò fit, ut, queādmodum & alia omnia, quę tenuiū sunt partium, minimum alimenti in corpus eorū qui ipsa uescunt, distribuat. Vtimur aūt fructu huius plantæ magis ut medicamento, q̃ ut alimēto: sale etiā cōspersus, ad nos importatur, propterea q̄ putrescit, si solus reponatur. Perspicuum sanè est, q̄ capparis adhuc uiridis quidem, priusq; saliatur, plus habet alimenti: ex salitura aūt amittit q̃ plurimum, omniq; alimēto, nisi sal eluatur, prorsus quidē destituitur: aluum tamen subducit. Quòd si abluatur, & quoad facultatem omnem ex sale deposuerit, maceret, minimi quidem alimenti fiet eduliū: erit tamen ceu obsonium ac medicamentū, ad appetentiam quæ collapsa fuerit, excitandam, accommodatum: pręterea ad pituitā, quæ in uentre habetur, detergēdam ac subducendam, purgandasq; lienis & hepatis obstructiones. Vti autem ad eas res oportet ante alios omnes cibos ex oxymelite uel oxelæo. Huius etiam plantæ teneros surculos non aliter quàm terebinthi mandunt, uirides adhuc, ut huius, in aceto simul & muria, aut aceto solo condentes. C

De sycomoris.

PLantam sycomori uidi in Alexandria unà cū fructu, paruæ ficui albæ adsimilem. Is fructus nullam habet acrimoniam: exiguæ tamen dulcedinis est particeps, estq; facultate, ut mora, humidior quodammodo, ac frigidior. Quin potius in medio mororum ac ficuum iure quis ipsum collocarit, indeq́ue nomen ipsi arbitror esse positum. ridiculi enim sunt, qui fructum hunc ob id aiunt sycomora fuisse nominatum, quòd paruis ficubus sit adsimilis. Ipsius aūt generatio ab alijs arborum fructibus, quodammodo est diuersa: non enim ex surculis ac germinibus, sed ex ipsis ramis ac stipitibus enascitur.

Der persio.

HAnc etiā plantā uidi in Alexandria, ex magnisq; & ipsa est arboribus. Narrāt aūt fructum huius apud Persas adeo esse noxiū, ut q ipsum comederint, interimat: qui tamen si in Aegyptū transferat̄, fit esculentus, manditurq; nō aliter q̃ pira et mala: quibus etiā magnitudine cōuenit.

De citrio.

ID quoq; malum Medicum apellant, qui id agunt, ut quę loquuntur, nemo intelligat: tamet si inter uirtutes orationis perspicuitatē numerāt. Satius autem fuisset: quámnam partes citrij habeant facultatem, & quod nam commodum ex ipso hominibus accedat, inuestigasse, quàm anxie huiuscemodi inquirere. Quam ego nunc uestigationem ingrediar, dicamq; huius fructus tres esse partes, acidam, quæ in medio ipsius sita est: tum autem fructus ipsius uelut carnem, quæ medium ipsum ambit: & tertiam, quæ est tegumentum extrinsecus circundatum, quod suaueolens est & aromaticum, nō odore modo, uerum etiam gustu: iure igitur concoctu est difficile, ut quod durū est ac callosum. Quòd siquis ipso ut medicamēto utatur, coctioni nonnihil conferet, quo modo & alia omnia, quæ acrē habent qualitatem. Eadem aūt ratione, si sumptum parce fuerit, stomacho robur inducit. Proinde ipsum cōminuentes, succumq; [totum] exprimentes, solent medicamentis immiscere, quę per os sumuntur, quæq; uentrem dijciunt, aut totum corpus purgant. Parte aūt fructus acida & non uesca, qua semen continetur, cum ad alia quædam utuntur, tum sæpe quò ipsam reddāt acriorem, in acetum imbecillum cōijciunt. Pars autem inter duas iam dictas media, quæ sanè corpus etiam nutrit, quæq; neq; acidam, neq; acrem habet qualitatem, propter duritiem concoctu est difficilis: ob eam causam omnes ipsam mandunt cum aceto & garo, ut saporis hebetudinem acuāt. fortasse autem quòd experientia didicerunt, aut à medicis acceperunt, ipsam coqui facilius, si mansa eo modo fuerit.

De fructibus plantarum agrestium inter quos sunt quercuum glandes.

OMnibus hominibus mos est eas plantas uocare agrestes, quæ sine ulla agricolæ industria in agro proueniunt. Siquidem & uites appellant agrestes, quas nullus uinitor procurat, ipsas ablaqueans, aut circunfodiēs, aut pullulantia germina extirpans, aut eiusmodi aliquid satagens. Ex quo plantarū genere est fagus, quercus, ilex, cornus, comarus, & aliæ id genus arbores: quemadmodum & frutices quidam, ut rubus, canirubus, D acherdus, pirus, & prunus syluestris, quam προῦμνον apud nos appellant, & qui frutex ἐπιμηλίδας fert. Appellatur autem is fructus in Italia unedo, stomachoq; nocet, & capiti dolorem adfert, acerbusq; est admodum cum exigua quadam dulcedine. Cornis quidem, & canirubi fructu, & glandibus, et μεμηκύλοις (sic aūt comari fructus appellat̄) rustici passim uescuntur: reliquarū uero arborum aut fruticū fructibus non admodū utuntur. Cum tamen fames regionē nostrā aliquando inuasisset, essetq; magnus glandium ac mespilorum prouentus, rustici in fossis ipsa cōdētes, hyeme tota & uere primo, pro frumentaceis edulijs, sunt usi. Prius autem glandes huiuscemodi, suibus erant pabulum: Tunc uero, cum eos hyeme nutrire, ut ante consue-

consueuerant, non possent, initio quidem mactan tes, ipsis in cibo sunt usi: post autem apertis fossis, glandibus uesci cœperunt, uarie ipsas ad esum cõparantes. Interdum enim in aqua elixabant, & in calidis cineribus celantes, mediocriter assabant, post autem nonnunquam comminuentes, pulta rium ex ipsis conficiebãt: aliàs aqua sola consper gentes, sed condimentum aliquod immittentes: aliàs mel affundentes, aut lacti incoquentes. Ab his autem copiosum est nutrimentum, necp quidquam est eorum quæ hactenus hoc secundo libro exposui, ei simile. Quandoquidem glandes æque nutriunt, ac frumentaceorum eduliorum pleraq;. Atq; olim quidem (ut aiũt) homines ex ipsis duntaxat uiuebant: Arcades aũt, cum reliqui Græci fructibus cerealibus uterent, eas diu in cibo retinuerunt. Alimentum aũt, quod ex glandibus corpori accedit, tardi est trãsitus, ac crassi succi: quas res cõsequitur, ut ipsę cõcoctu sint difficiles. Cæterum μεμήκυλος, glande querna, ad omnia est deterior: quemadmodũ hęc, glande castanearũ quas uocant. Omnium eñ glandium hæ sunt præstantissimę. Sunt qui hos fructus λωτίνους appellent. hi nanq; inter fructus agrestes & soli alimentum cor pori dant memorabile. Corna eñ & iligna glans, et rubi, et canirubi fructus, brabyla, μεμίκυλα, xin zypha, diosphyra, alycacaba, terebinthi & acherdi fructus, & quæ eiusdẽ sunt generis, exiguũ quidem habent alimentum, uerũ praui succi sunt omnia: præterea nonnulla ex ipsis sunt, quę & stoma chũ lædunt, & cibo sunt iniucũda: ob id, suũ sunt pabulum, & eorũ quidem non domesticorũ, sed qui uitam in montibus degũt: his enim nutrimen tum ab ijs fructibus plurimum accedit.

De alimento, quod à plantis ipsis sumitur.

NOn modo plantarum semina ac fructus, sed etiam integras ipsas sępenumero mãdimus: sæpe autem, cum interdum urget necessitas, radices tantũ, aut surculos, aut nouella germina. Nostrates certe homines quanquam raparum (quas & buniadas nominant) folia & caulem abijcere sunt soliti, nonnunq; tamen penuria melioris ci barij, ipsa quoq; mandunt. Pari modo in radiculis & ijs quæ apud nos nomine uernaculo rhapia appellant. Est autem hæc planta (ut sic dicam) agrestis radicula. Ad hæc pyrethron, sion, equapiũ, fœniculũ, scandicem, cichorion, chondrillã, gingidion, daucon, & plurimarum arborum ac fruticum tenera germina cocta, homines fame adacti, sæpe mandunt: quędã etiam nulla urgẽte fame, ut qui palmę uerticẽ mandunt, quẽ ipsius cerebrum appellant. Quid iam loquar de teneris spinis? man duntur enim & ipsæ cum aceto & garo, nulla cogente fame, estq; cibus hic tolerabilis. Sunt qui oleum etiam ipsis adijciant, pręsertim cum prius in aqua ferbuerint. Vtuntur enim ipsis bifariam, sæpe quidem crudis, interdum autẽ & elixis. Porrò spinosas plantas appello, scolimon, atractylida, eringion, cnicon, atragida, & quam spinam albam nominant, præterea speciem alteram chamæleon

A tis: quorum nonnulla rustici quidam in acetũ muriamue immittentes reponunt, eodem modo quo rapas, cæpas, & quæ uocant ampeloprasa, pyrethron, & alia eiusmodi. Huius autẽ generis sunt cibaria, colocasia, & quod abaton nuncupat. Manifestissimum autem est, quòd omnia hæc, præter quàm quòd exiguum corpori dant alimẽtum, suc cum etiam prauum generant. Adhæc quędam ex ipsis noxam stomacho adferunt: præter (ut dixi) spinas, quæ nũc nuper è terra emerserint. Quæ uero ex ipsis in muriam acetum'ue inijcientes, reponunt, & in totum annum sequentem asseruãt, ab ipsa præparatione uim quandam prouocandæ appetentiæ acquirunt, siquis ipsis moderate utatur: cuiusmodi sunt uiticis turiones, & terebinthi.

B Hæc itaq; in plantis agrestibus numerant: de quibus id cõmuniter nosse sufficiat, quòd omnes praui sunt succi. Quod uero ad domesticas attinet non communiter, sed priuatim cuiusque facultatem nosse longe præstantissimũ fuerit, & earum potissimum, quibus assidue utimur: quæ etiã ob id ipsum à nobis expetuntur, quòd ea longa expe riẽtia comprobata sunt, cæteris esse præstantiora. De ijs igitur deinceps uerba faciemus, sumpto ab oleribus initio.

De lactuca.

MVlti medici, queãdmodũ fructibus autumnalibus, ficus: ita hoc olus alijs omĩbus antepósuerũt. succi eñ est, q alia omnia, laudabilioris. Quod aũt in eo nõnulli reprehendũt: id maxi

C me est laudandũ, qđ si reuera ei inesset, nulli, non olerũ modo, sed ne optimi qdem ac nutriẽtissimi succi eduliorũ esset secundũ. Sanguinẽ enim aiũt lactucã generare. Alij uero nõ simpliciter sanguinẽ dicunt, sed multũ adiungũt, lactucã sanguinẽ mul tum generare affirmantes. At hi etiam si prędictis prudentius ipsam accusant, magis tamen mentiuntur: tametsi idipsum, quod multum sanguinẽ generat, nemo potest in ea iure reprehendere. per spicuum enim est, quòd cibus is succum habet omnium ciborum præstantissimum, siquidem suapte natura sanguinem quidem plurimum, aliorũ autem succorum nullum generet. Quòd si dixerint ex lactuca plurimũ sanguinis aceruari, in eóque ipsam accusent, facillimum erit quod obijci-

D unt, refellere: cum possint, qui lactucis uescuntur, laborem quidem augere, ipsarum aũt esum minuere. Verũ hęc dixisse sufficiat aduersus eos, qui olus hoc nõ recte uituperant. Scire aũt conuenit, q cũ olera omnia sanguinẽ gignant paucissimũ ac praui succi, lactucam non multum quidem generare, neque mali succi, non tamen omnino laudabilis. Mandunt aũt ipsam, ut plurimum quidem, crudam. cum aũt æstatis tẽpore accingere sese ad semen producẽdum cœperit, in aqua dulci pręcoctam sumunt cum oleo, garo, & aceto, aut cum ali quo salsamentorũ, condimentorũmue, & eorum potissimũ, quę cũ caseo paranĩ. Pleriq; autem prius quàm in caulem assurgat, ipsa utuntur, aquæ incoquentes: quod ego nunc, ex quo dentes mihi

male habẽt, cœpi facere. Quidã meorũ ſodalium, A conſpicatus olus id iam olim quidẽ mihi eſſe conſuetum, nunc tamen ipſius eſum eſſe permoleſtũ, author mihi fuit, ut ipſum coquerẽ. Aetate autem iuuenili, cum mihi uentriculus bili aſſidue infeſtaretur, lactuca, quò ipſum refrigerarẽ, utebar: cum uero ad ætatem declinantẽ perueni, hoc olus fuit mihi aduerſus inſomniã remedio. tunc enim, contra ac in iuuentute, ſomnum mihi dedita opera conciliabã. graue enim mihi erat, præter uoluntatem uigilare. quod mihi accidebat, partim quòd in iuuentute meapte ſponte uigilijs aſſueuerã: partim, ꝙ declinantium ætas ad inſomniã admodum eſt propenſa. Itaq; lactuca ueſpere cõmanſa, unicum mihi inſomniæ erat ἀλεξιφάρμακον. Cęterum θριδακίνην nil aliud uoco quàm quod nunc homi- B nes θρίδακα appellant. quandoquidẽ apud nos aliud quoddã eſt olus agreſte, quod θριδακίνη nuncupatur, quod in uijs ipſis naſcitur, & locis foſſarum eminentioribus, & præterea herboſis aquoſis'ue (quæ Gręci λιβάδας appellant) ac pleriſque incultis. Exiguum autem eſt id olus, inſtar lactucæ hortenſis nunc nuper enatæ, amaroriſq; quidpiam præ ſe fert, & multo adhuc magis dum adoleſcit. ubi autem caulem iam produxerit, ſaporem amarum habet uel manifeſtiſſimum. Porrò huic lactucæ aliud pręterea olus eſt ſimile, quam chondrillam appellant, quæ citius in caulem aſſurgit, amaritudineq; habet magis perſpicuã, & lentum quendam ſuccũ albumq;, cuiuſmodi eſt tithymallorum ſuccus, non tamen acer perinde ut ille: uti- C murq; interdum ipſo ad pilos in palpebris reglutinandos. Hæc igitur olera, quò à hortenſibus ſecernantur, agreſtia nuncupantur: de quibus paulo ante cõmuniter tradidimus. De lactuca autem hortenſi, quam omnes mandere, & θρίδακα nominare cõſueuerunt, ſummatim rurſum memoriæ cauſa repetens, dicam ipſam, ſuccum quidem habere frigidum & humidum, nõ tamen praui eſſe ſucci. quò fit, ut neq; coctiõe penitus excidat, neq;, quo modo reliqua olera, uentrem ſiſtat, quemadmodũ etiã non proritat. quæ ipſi iure accidunt, ut quę nihil habeat, neq; auſteri, neq; acerbi, à quibus in uniuerſum uenter ſiſtitur: quemadmodum à ſalſis & acribus, & omnino ab ijs, quæ uim quandã ha- D bent detergendi, ad excretionem incitatur, quorum etiam nihil lactucæ ineſt.

De ſeri.

NVm quos ſolos Romani intybos appellãt, ueteres Athenienſes ſeres duntaxat nominarint, an & alia quædam olera agreſtia, nequeo certò affirmare. Cæterum intybi facultatem habent lactucis adſimilem: ſuauitate tamen, & alijs, quæ ſupra de lactucis fuerunt comprehenſa, ab ipſis relinquuntur.

De malua.

QVemadmodum θριδακίνη quæ lactuca agreſtis, ab hortenſi: ita malua agreſtis, à ſatiua eſt diuerſa. Plantæ enim congeneres in eo inter ſe diſſident, quòd agreſtis quidem ſiccitate, ſatiua uero humiditate ſuperat. Porro ſucco maluæ lentor quidam ineſt, quod lactucæ non ineſt, à refrigerandoq; abeſt perſpicue. id quod etiam anteq̃ edas, intelliges, ſi utrunq; olus uiciſſim calido cuipiam affectui, ut eryſipelati, cataplaſmatis modo adplicueris: quod etiam uulgo faciunt, tenera folia diligenter ad exactum læuorem conterentes. Senties enim in hoc cataplaſmate lactucã quidẽ manifeſte refrigerare, maluam autem, calorem quendam habere moderatum ac tepidum. Cæterum hoc olus facile ſubducitur, nõ modo propter humiditatem, uerumetiam propter lentorẽ, & potiſſimum quãdo quis cum oleo & garo copioſam ipſam ſumpſerit. Nutrit autẽ & ipſa mediocriter. Nam ſi triũ horum olerũ ſuccum cõpararis, betæ quidem, tenuium eſt partium, tergendiq; facultate eſt præditus: maluæ autem, craſſus magis eſt & lentus: lactucæ, inter utrunq; eſt medius.

De beta.

MAluam quidem, ut lactucam, diximus non modo eſſe ſatiuam, ſed aliam etiam quandam eſſe agreſtem: nulla aũt beta eſt agreſtis, niſi quis lapathon ita nominare uelit. Succus autem betarum tergendi uim habet manifeſtam: adeo ut uentrem ad excernendum excitet, & ſtomachum interdũ mordicet, præſertim quibus natura ſenſu exactiore eſt præditus: ob idq; edulium id ſtomacho eſt noxium, ſi largius ſumatur: corpori aũt ab ipſa, ut ab alijs oleribus, paucum alimentum accedit. Verum obſtructum hepar, malua magis aperit, & multo magis, ſi cum ſinapi, aut omnino ſaltem cum aceto mandatur. Lienoſis item eodẽ modo ſumpta, utile eſt medicamentum. Iure enim quis ipſam ita manſam medicamentum potius q̃ alimentũ dixerit: uidemuſq; homines ferè omnia eiuſmodi, obſoniorum non alimentorũ uice eſitare: quemadmodum etiam interdum porrum mandunt, & pulegium, thymũ, origanum, cæpã, præterea & allium, & cardamum, & alia id genus.

De braſsica.

HAnc quoq; pleriq; ut obſonium mandunt: medici autem ut ſiccante medicamento utuntur. Dicta autem iam quędã de hac fuerunt in libris de medicamentorum facultatibus, tum etiam libro ſuperiore. Nunc autẽ ſummatim dicemus, ipſius quidem ſuccum facultatẽ habere purgatricem: corpus autem ipſum, communi ſiccantium ratione ſiſtere magis, q̃ ad deijciendũ incitare. Cum igitur, quæ in uentre continentur, excernere uoluerimus, è propinquo caccabo, in quo cocta cum aqua fuerit, extractam ipſam protinus in uaſa, in quibus oleum cum garo paratum fuerit, conijcere cõueniet: nihil autem retulerit, ſi ſalem loco gari ſumpſeris. Quòd ſi humentem aluũ ſiccare uoluerimus, priorem aquã, ubi braſſica mediocriter cocta uidebitur, effundentes, aliã calidã mox inijciemus: ac deinde rurſum braſſicã, quoad contabuerit, ei incoquemus: quod nõ facimus cũ uẽtris gratia deijciẽdi ſumiť. uolumus eñ hoc caſu propriũ ipſius ſuccum omnẽ non deponere,

sed quoad fieri maximè licet, retinere. Porrò nihil A quod coquitur, propriũ succum seruare omnino potest: quin potius omnem abijciat, si coctum diutius fuerit. Quin & lenticulam diximus eodẽ quo brassicam modo oportere parare, ut quæ utrunq; possit efficere, uẽtris subductionem scilicet, & cohibitionem. Vocatur autem quæ sic paratur, bis cocta, non lens modo & brassica, sed & cæpa & porrum, & multo magis ampeloprasum & alliũ. Quòd siquid aliud à ueteri natura ad contrariam uelis traducere, sic parabis, huius ante omnia memor, nihil quod bis coquitur, oportere, neq; aerẽ, neq; aquam frigidam contingere: non enim poterit amplius, etiam si diutissime coxeris, plane tabescere, sed oportet, ut paulo ante diximus, aquã calidam habere paratam, ut cum ex priore extraxeris, B in illam protinus conijcias. Lens itaq; & brassica æquali inter se mensura siccant, ob idq; uisum hebetant, nisi forte totus oculus humidior fuerit quàm naturalis habitus postulet. At lens quidem non exiguum corpori dat alimẽtum, idq; crassum ac melancholicum: brassica uero paucum habet alimentum, idq; quàm lens humidius, ut quæ edulium est non firmum, sed laxum: succum tamẽ habet non probum ut lactuca, sed prauum & graueolentem. Quòd uero ad urinas attinet, nihil ipsas (quod sciam) insigniter neq; prouocant, neq; morãtur. Qui perditissimam ac falsam doctrinam cõsectantur, olus hoc ῥάφανον contendunt appellari: perinde ac si iam cum ijs Atheniensibus, qui ante sexcentos annos fuerunt, nobis esset sermo, non C cum Græcis qui nunc sunt, quibus omnibus mos est, in nulla alia planta, brassicæ nomine uti.

De atriplice & blito.

HAec sunt alijs oleribus aquosiora, &, ut sic dicã, ἄποια, id est, qualitatis expertia, magis quàm cucurbita, aut saltem nõ minus, cum cocta uidelicet fuerint. Sola enim inter eiusmodi olera, lactuca utroq; modo manditur. Quòd siquis atriplicis & bliti qualitatem gustu assecutus, brassicæ deinde recordetur, fatebitur lactucam esse in medio horum olerum & brassicæ, quando hæc quidem siccat admodum: illa autem omnino sunt aquea. quò fit, ut non ex solo oleo & garo ipsa mãdant, sed acetum etiam inijciant: alioquin ẽm stomacho sunt noxia. Dictum autẽ nobis fuit, quòd D olera huiuscemodi ad facilem deiectionem quodammodo sunt propensa, & potissimũ, si cum humiditate lubricum quiddam habeant: propensionem tamen, ac momentum pessum habent nõ forte, sed exiguum, propterea quòd nulla qualitas ipsis inest acris aut nitrosa, quę uentrem ad excernẽdum excitet. Manifestum porrò est, quòd alimentum à seipsis corpori præbent exiguum.

De portulaca.

QVidam portulaca utuntur ut cibo: nutrimẽtum autem habet exile, idq; humidum & frigidum & lentum: ut medicamentum autem, stuporem dentium sanat suo lentore morsus experte. de qua fusius in opere de medicamentis paratu facilibus tradimus.

De lapatho.

LIcet cuiuis, ut ante diximus, lapathum, appellare betam agrestem, ut quod non gustu modo, sed uiribus etiam betæ hortensi est adsimile: uerũ cum beta lapatho sit suauior, idcirco nemo est, qui non ipsa libentius uescatur. Proinde nihil est ꝙ ego plura de lapatho commemorem, cum omnia, quæ opus erant, in beta exposuerim.

De oxylapatho.

VEl nomen ipsum, plantæ huius qualitatẽ ac uires indicat: est ẽm lapathum acidũ. Quòd aũt ad lapathum attinet, nemo est qui crudum ipsum mandat: quemadmodum neq; betam: oxylapathum tamen mulieres rusticæ pica laborantes, interdum & pueri quidam gulosi crudum manducant. Perspicuum aũt est, ꝙ olus hoc ex eorum est genere, quæ non nutriũt multo magis ꝗ̃ lapathũ.

De solano.

INter ea olera quibus uescimur, nullum noui, quod tantam habeat adstrictionem, quantã solanum. Merito igitur raro quidem ipso utimur ut alimento, ut medicamento aũt assidue. efficax ẽm est in ijs, in quibus adstrictionis refrigerantis usus incidit: minimi autem est alimenti.

De plantis spinosis.

PLeriq; rusticorum plantis huiuscemodi è terra nunc nuper emersis, prius ꝗ̃ ipsarũ folia in spinas desinant, uescuntur, non crudis modo, sed in aqua etiã elixis: crudas quidẽ aceto et garo intingentes: coctis uero præter hæc oleũ adfundentes. Quòd aũt olera oĩa nutrimentũ habeant paucissimũ, & ipsum quidẽ tenue & aquosum, dictũ supra nobis fuit: spinosa uero stomachũ mediocriter iuuant. Inter has plantas sunt scolimos, atractylis, & quam spinam albam appellant, dipsacus, cnicus, tragacantha, atragis, & quam pluris quàm conueniat, æstimant, cinara.

De cinara.

OMnes qui uulgarem consuetudinẽ fugitãt, plantam hanc κύναραν appellant, non per κ & ι, sed per κ & υ primam syllabam pronunciãtes. Praui aũt succi est eduliũ, & maxime cum plusculum iam obduruerit. Etenim tunc succũ biliosum in seipsa continet copiosiorem, totamq; substantiã habet duriorem: adeo ut ex ea quidem succus melancholicus: ex ipso aũt succo, tenuis ac biliosissimus gignatur. Satius igitur fuerit, ipsam elixã mãdere, sic, ut siquis cum oleo, garo, & uino ipsam sumat, coriandrum inijciat: sin uero in patina paret, aut frigat in sartagine, hæc semoueat. Multi ẽm eo modo ipsarum uelut capita, quę spondylos nominant, mandunt.

De apio, equapio, sio, & smyrnio.

HAec omnia urinas cient, inter quę apium est usitatissimum & suaue, & stomacho gratũ: equapium autem, & sion, insuauiora: smyrnium uero nõ est inusitatum, siquidem Romæ maxima copia uẽditur, acriusq; multo est, ꝗ̃ apium & calidius: præterea aromaticũ etiã habet quidpiã. Proinde urinas prouocat ualẽtius, ꝗ̃ apium, equapiũ,

& sion, mensesq; mulieribus mouet. Vere autem A
caulem producit, qui crudus uescus est non aliter
quàm folia, quæ hyeme sola plantæ inerant caulẽ
nondum habenti, ut neq; tum apium habet. Postea
uero accedente caule, tota planta iucundior reddi
tur, siue quis crudam ipsam, siue elixam mandat,
siue cum oleo & garo, siue uinum uelit adĳcere, si-
ue acetum. Sunt qui cum aceto solo & garo man-
dant, quo modo et apium: alĳ autem olei nonnihil
ĳs adĳciunt. Cæterum equapium & sion cocta
manducant: utrunq; enim ipsorum crudum, est in
suaue. Sunt qui apium & smyrnium, folĳs lactucę
mista, manducent: nam cum lactuca olus sit insipi
dum, succumq; præterea habeat frigidum, nõ mo-
do suauior, sed utilior etiam redditur, si acrium ole
rum quoddam adsumpserit: ob eam certe causam B
nonnulli erucæ ac porri folia, alĳ ocimi ipsis admi
scent. Romæ autem uulgo iam omnes homines
olus id non smyrnium, sed olus atrum nominant:
quod forte aliquis omnino ne inter alimenta qui-
dem numerare dignabitur, quemadmodum neq;
sion, neq; equapium: sed omnia huiuscemodi sta-
tuet ciborum esse opsonia, quemadmodum & cę-
pas, & allia, & porra, & ampeloprasa, & (ut in sum
ma dicam) omnia acria. Huius autem generis est
ruta, hyssopus, origanum, fœniculus, coriãdrum,
de quibus in commentarĳs de opsonĳs, disputa-
tur: qui medicis quidem & cocis quodãmodo sũt
communes: finis tamen utrorũq; ac scopus, est pe-
culiaris. Quandoquidem nos utilitatem, quæ ex
cibis prouenit, spectamus, non uoluptatem. Qui- C
busdam tamẽ cibi insuauitas, magna ex parte cau-
sa est, quò minus ipsum conficiant. Ob eam igitur
causam, satius fuerit, cibos mediocriter cõdire. Co
quorum autem suauitas, condimentis ut plurimũ
uti consueuit adeo prauis, ut ipsa coctioni plus no
ceant, quàm commodent.

De erucã.

HOc olus manifestissime calfacit, proinde so-
lum ipsum mandere, nisi lactucæ folĳs mi-
sceatur, non est facile. Semen autem generare cre-
ditur, & coeũdi appetitum excitare. Capiti etiam
dolorẽ infert, præsertim siquis ipso solo uescatur.

De acalyphe, id est, urtica, quam &
cnidem nominant.

HErbarum agrestium una hæc est, tenuiumq; D
est partium ac uirium, unde nemo ipsa ut ali
mento iure utitur, nisi fame maxima prematur: uti
lis autem est, ut obsonium ac medicamentũ, quod
aluum deĳcit.

De gingidio & scandice.

GIngidĳ maximus est in Syria prouentus:
manditurq; non aliter quàm scandix apud
nos, stomachumq; admodum iuuat, siue crudum,
siue elixum ipsum mandere uelis: elixationem au-
tem diuturniorẽ non tolerat. Sunt qui ipsum mã-
dãt cum oleo & garo, alĳ autem uinum etiam uel
acetum inĳciunt, multoq; magis ita stomachũ iu-
uat: collapsamq; appetentiam, si cum aceto suma-
tur, excitat. Perspicuum porrò est, quòd hæc her-
ba medicamentum potius est, q; alimentum. Ha-
bet enim perspicue adstrictionem, & amarorem
non mediocrem.

De ocimo.

PLeriq; hoc quoq; utuntur ut obsonio, cum o-
leo & garo ipsum mandentes: uitiosi autem
est succi: quæ res impulit quosdam, ut falsa de eo
prodiderint, affirmantes ipsum celerrime paucis
diebus scorpiones generare, si tritum in ollam in-
anem immitteretur, & potissimum, si quis quoti-
die ollam ad solem calfecerit: uerum id quidẽ fal-
sum est, uere aũt ipsum dixeris olus stomacho esse
noxium, prauiq; succi, & concoctu difficile.

De fœniculo.

QVemadmodum anethum, ita fœniculus in-
terdum sua sponte nascitur: serunt tamen &
ipsum in hortis: utunturq; assidue anetho quidem,
in condimentis: fœniculo autem, etiã ut obsonio.
Nam apud nos reponunt ipsum, eodẽ modo quo
pyrethrum & terebinthum componentes, adeo
ut in totum annum sit utilis: quemadmodum cæ-
pas componunt, & rapas, & alia id genus: quorũ
alia quidem cum aceto solo, alia cum aceto & mu
ria simul componunt.

De asparagis.

VTrum syllaba secunda nominis asparagi per
ph, sit pronũcianda, an per p (ut omnes nũc
proferunt) disquirere nunc, non est propositum.
Hæc eñ scribimus ĳs, quibus sanitatem tueri est
propositum, non sermonis Attici affectatoribus,
qui sanè in eo uidentur, neq; Platonis scripta, neq;
ipsius mentem intelligere. Cum igitur Græci pro-
pemodũ omnes, teneros caules, quo tempore ad
fructus ac seminis productionem augescunt, aspa-
ragos per p, appellent, ipsorum facultatem expo-
nemus, ĳs, qui ipsis utuntur, quo lubet nomine ap
pellare permittentes. Multa sanè olera, & in sũma
plantæ multæ, suapte natura huiuscemodi germi-
na producunt quidem, non omnia tamen mandũ-
tur: ob eam causam (ut in alĳs antea fecimus) de
usitatioribus uerba faciemus. Brassicæ igitur ger-
men (quod nonnulli κῦμα etiam nominant, arbi-
tror per contractionẽ nominis trysillabi κυκματος)
minus quàm brassica ipsa siccat: tametsi aliorum
olerum caulis temperatura est ut plurimum, q; fo
lia, sicciore, potissimum cum iam prope est, ut se-
men profundant. Dico autem alia olera esse hæc,
lactucam, atriplicem, blitum, betam, maluam. Cõ
tra uero accidit, ut radiculæ asparagus, & rapæ, si-
napi, cardami, pyrethri, et omnium propemodum
acrium & calidorum sit humidior. Bulbus autem
& apium, sion, eruca, ocimum, oxylapathum, la-
pathum, & omnes oleracei generis herbæ ante q;
semen effundant, eiusmodi caulem quendam pro-
ducunt, qui post semen effusum siccatur, fitq; ad ci
bum hominibus inutilis. Hæc autem omnia aquę
incocta mandunt cum oleo & garo, pauco aceto
adiecto: ita eñ iucundiora sunt, stomachumq; ma-
gis iuuant: alimentum tamẽ paucum dant corpo-
ri, & id non boni succi.

De

De alio genere asparagorum.

ALiud autem asparagorum est genus, quod in plantis fruticosis prouenit, oxymyrsine, chamædaphne, & oxyacantha. Ab ijs præterea alij sunt diuersi, quorum alius regius, alius ἕλειος nominatur: quemadmodum & alius est bryoniæ ab ijs diuersus. Omnes autem stomachum iuuant, urinasq; cient, & parum nutriunt. Si tamen ij belle conficiantur, tanto firmius alunt, quàm olerum asparagi, quò ipsi sunt sicciores. Porrò arborum ac fruticum germina inter se quodammodo sunt similia, non tamen omnino eadem: arborum enim germina sunt lignosiora. Proinde de ipsis quoque seorsum nobis deinceps est dicendum.

De germinibus.

ARborum ac fruticum germina, olerum asparagis proportione respondent. Sunt em̄ hęc quoq; productiones quædam, cum planta ipsa fructum parat producere. In eo tamē differunt, quòd arborum quidem stipes (qui cauli oleaceorum & herbaceorum proportione respondet) perpetuo manet: in illis autem caulis est annuus. Omnia igitur arborum ac fruticum germina, aquæ incocta mandi possunt, præter insuauia quædam ac medicamentosa: cum tamen uulgo alijs cibis pręstantioribus adfluunt, illis abstinent: uescuntur tamen, urgente fame. Nam nutriūt & ipsa aliquantum, si confecta probe fuerint. Omnium autem præstantissima sunt, terebinthi, & uiticis, uitis, iunci, rubi, & canirubi germina. Nostrates autem terebinthi germina in aceto, uel muria & aceto simul, cōdentes reponunt.

De discrimine quod partibus plantarum esculentarum inest.

OPtarem uera esse, quæ Mnesitheus in opere de alimentis conscripsit. Vniuersalia enim præcepta, si uera sunt, multa paucis uerbis docēt: quemadmodum, si falsa sunt, multum sunt perniciosa. Quæ igitur Mnesitheus de partibus plantarum in uniuersum præcipit, hæc sunt. Primum igitur radices omnes concoctu sunt difficiles, turbāq; inferunt: uerbi gratia, radiculæ, allij, cæpæ, rapi, & reliquorum eiusdem generis. Quorum enim radix, seu quod intra terram prouenit, est esculentū, omnia hæc, inter ea, quæ concoctu sunt difficilia, numerantur. Nam cum radices, sursum omnibus plantarum partibus mittant alimentum, accidit ut humorem multum in seipsis colligant, eumq; crudum habeant plurimum: neq; enim fieri potest ut ipse totus sit concoctus, quando quod coctum est, id perfectum esse uidetur. Atqui humor qui radicibus inest, alibi in partes plantæ distributus, coctionem perfectam acquirat necesse est: partes em̄ omnes à radicibus alimentū recipiunt. necesse igitur est, ibidem humores crudos aceruari: quo loco coctionem absolutam quæ fit in partibus supernis, expectant. Non abs re igitur in radicibus plurimum humoris crudi continetur. Merito sanè & corporibus nostris alimentum ab ijs relinquitur

A humidum ac turbationis plenum. Hæc tibi Mnesithei est sententia, quę uerbis quidem uidetur probabilis, experientia autem falsa esse conuincitur. Siquidem radiculæ radicem habent caule ipso ac folijs multo acriorem, similiter & cæpa, ampeloprasum, porrum, & allium. Quòd si betæ quoq;, & maluæ, & rapę radicem comparare ad folia uolueris, plus uirium in ea inuenies: quemadmodū & in altheæ, quæ agrestis quędam malua esse uidetur. Nam radix ipsius ut & betæ, cū tumores multos pituitosos discutiat, facultatem suam indicat: id quod ipsorum folia nequeunt efficere. Quin & plantarum medicamentosarū, quibus radices prędictis sunt similes, folia sunt imbecilliora, ut cyclamini, scyllæ, ari, dracontij, ac complurium aliorū.

B Vt enim in alijs plantis substantiæ pars maxima, in caule est ac stipite: ita in ijs, in radice. quam radicem ipsarum natura auget maxime, ac nutrit: & quod in ea probe confectum non fuerit, in folia et caulem excernit. Hæc igitur hyeme radicem habent magnam: uere autem, cum semen parant producere, caulem proferunt. Videtur autem natura in animalibus quoq; interdum totius substantię animalis excremento (quemadmodum & Aristoteles prodidit) ad partium quarundam non necessariarum procreationem abuti, ut in ceruis quidē ad cornua: in alijs autem animalibus ad pilos ac spinas multas et magnas producendas. Tutius itaque est, gustantem prius atq; olfacīētem, singulas plantarum partes ipsas per se explorare: post autē

C mandentem experiri. Quandoquidem olfactus ac gustus, cuiusmodi saporem ac odorem pars plantæ habeat, edocentes, cum ijs etiam temperamentum omne statim ostendunt. Experientia autem, si modo quis ipsam cum proprijs limitationibus fecerit, facultas ipsa planè inuenitur. Interdum etiam cum ijs, ipsius plantæ consistentia cum succo, qui ipsi inest, indicat. Quædam enim succum habent humidum quendam & aqueum, alię crassum uel lentum, quos etiā succos priuatim rursum gustare conueniet. Quidam enim ex ipsis sunt acres, aut acidi, aut amari, alij salsi: quemadmodum & quidam ipsorum sunt austeri, alij acerbi, alij aquei aut dulces. Non est igitur audiendus Mnesitheus, tāquam uerum in uniuersum dicat, sed potius sin-

D gulæ plantarum partes, ipsæ per se experientia examinandæ.

De rapis.

HVius plantæ (quam γογγυλίδα aut βουνιάδα apelles licet) oleraceum quidem est, quod terra extat: radix autem quæ terra continetur, dura quidem est, nisi coquatur, & non esculenta: atquę autem incocta, nulla plantarum congenerum minus nutrit. Hanc quoque uarie uulgo adparāt, adeo ut in muria uel aceto condentes, in totum annum ipsa utantur. Succum autem in corpus distribuit mediocri crassiorem: proinde siquis ipsa liberalius uescatur, succum crudum, quem uocant, aceruabit, potissimū si ipsam minus iusto in uetriculo cōfecerit. Quod uero ad uentrē attinet, nemo

nemo ipsam neq; deijcere, neq; sistere dixerit, pręsertim cum cocta belle fuerit. Coctionem eñ diuturniorem postulat: eaq; est laudatissima, quæ cocta bis fuerit, quemadmodum prius de eiusmodi præparatione docuimus. Quòd si sumpta crudior fuerit, concoctu est difficilior ac flatulenta, stomachoq; noxia. Nonnunquam autem & uentrē mordicat.

De aro.

MAnditur & huius plantæ radix eodem modo, quo rapi. In quibusdam autem regionibus acrior quodāmodo prouenit, ut prope ad dracontij radicem accedat: & dum ipsam coquis, priore aqua effusa, in aliam calidam conuenit conijcere: quemadmodū in brassica ac lente diximus. Ad Cyrenem autem planta hæc à nostrate est diuersa. Nam in illis locis arum minime est medicamentosum & acre, ut rapis etiam sit utilius: idcirco hanc quoq; radicem in Italiam aduehunt, ut quæ longiori tempore imputris & sine germine possit perdurare. Perspicuum autem est, ꝙ talis in cibo quidem est præstantior: siquis tamen humores crassos uel lentos in thorace & pulmonibus collectos, tussi uelit eijcere, acrior ac medicamentosa magis, est præferenda. Manditur autem & aquæ cum sinapi uel aceto incocta, cum oleo & garo, atq; etiā cum condimentis, quæ Græci ὑποτρίμματα nomināt, saleq; & ijs, quæ ex caseo parantur. Non obscurū etiam est, quòd succus, qui ex ipsa in hepar & totum corpus distribuitur, ex quo animalia aluntur, crassior quodammodo est, quemadmodum de rapis diximus: potissimum cum radices ipsæ, qualitatis medicamentosæ fuerint expertes: cuiusmodi sunt quæ Cyrenis adferūt. Quandoquidem apud nos in Asia arum magna ex parte est acrius, facultatemq; habet iam medicamentosam.

De dracontio.

HVius quoq; radicē bis ter'ue elixantes, quoad medicamentosum omne deposuerit, nōnunquam exhibemus mandendam, quemadmodum & ari, quando humores crassi & lenti, qui in thorace ac pulmonibus habentur, ui maiore indigent. Commune autem id in omnibus cibarijs memoria est tenendum, quòd acria quidem & amara, si edantur, corpus parcius nutriunt: insipida autem & ijs adhuc magis dulcia, multum: & multo magis, si compactam habeant substantiam, ut neque humida sint consistentia, neq; crassa, neq; laxa. Hæc certe si perpetuo memoria tenueris, & præterea attenderis, num singula quæ explorantur, dum elixantur, aut assantur, aut in sartagine parātur, suæ qualitatis uehementiam deponant, nihil erit quòd à me de omnibus speciatim audire desyderes. sed (quod in alijs feci) ea potissimum exponam, quibus assidue uescimur.

De asphodelo.

RAdix asphodeli & magnitudine & figura & amarore scillæ radici quodammodo est similis: si tamen, ut lupini, paretur, maximam partem sui amaroris deponit: in eoq; à scilla discrepat. Nā
A scillæ qualitas difficillime eluitur. Hesiodus certe asphodelum laudat, cum sic ait, Nec quāta in malua atq; albuco sint bona norunt. Equidem noui quosdam rusticos, qui grassante fame, uix tandem compluribus elixationibus macerationibusq; in aqua dulci, esculentam ipsam reddiderint. Porrò hæc quoq; radix, quemadmodum & dracontij, facultatem habet tenuandi atq; aperiendi. Proinde quidam pro summo remedio ipsius asparagū ictero laborantibus exhibent.

De bulbis.

BVlbi quoq; eiusdem cum prædictis sunt generis. Manditur enim ipsorum radix sine folijs: uere autem, interdum & asparagus: facultatē autem habet in se amaram & austeram, eamq; in-
B signem. unde etiam stomachum exolutum, ad appetendum quodammodo excitat: & quanquā corporis substantiam habeat crassiorem ac lentā magis, non tamen aduersatur ne ijs quidem, qui ex thorace ac pulmonibus aliquid conantur expuere: sed cum amaritudo ipsa, suapte natura, crassa ac lēta incidat, crassitiei aduersatur, quemadmodum in commentarijs de medicamētis docuimus. Quapropter si elixi bis fuerint, magis quidem nutriēt: uerum cum amarorem omnem iam deposuerint, aduersabuntur ijs quæ sputo sunt eijcienda. Melius autem tunc fuerit ipsos ex aceto, oleo, & garo mistis, mandere: suauiores enim sic quidem fiunt, & magis nutrientes, flatusq; magis expertes, ac cōcoctu faciliores. Quidam autem ex ipsorum esu li-
C beraliore, semen sibi inauctum, seq; ad uenerem alacriores redditos, manifeste senserunt. Varie autem ipsos uulgo adparant: nam non modo in aqua elixos, ut dixi, mandunt, uerum etiam patinas ex ipsis uarie condiunt. Sunt qui & frixos, alij assos super prunas mandunt: uerum hi quidem diuturnam elixationem non substinent, sed exigua admodum sunt contenti. Quidam autem austeritate ipsorum atq; amarore seruatis delectati, omnino non elixant. incitant enim ipsos magis ad cibum capessendum: iuuabuntur tamen, si duos aut tres dies ipsis, ut appetētiam excitantibus, usi fuerint. Quòd si ijs ita paratis largius utantur, & potissimum, si (ut solent) crudiores sumant, in cruditatē rursus incident. Sunt qui flatus etiam & tormina,
D nisi belle fuerint elixi, inferant. Cæterum alimentum, quod ex ijs ita mansis fit, non boni est succi: ex ijs autem qui plurimum, aut, ut diximus, bis elixi fuerint, succus gignitur crassior quidem, uerū præstantior alioqui, & qui ualentius nutriat.

De pastinaca, dauco, & caro.

HOrum quoq; radices manduntur, minus tamen quàm rapę, & arum Cyrenaicum nutriunt. Calfaciunt autem insigniter, & aromaticon quiddam ostentant: cæterum, quo modo & alijs radicibus, conficiendi difficultas ipsis inest. Vrinā aūt cient: & si quis ipsis copiosius utatur, uitiosum succū, mediocriter gignent. Cari tamē radix melioris est succi, ꝙ pastinacæ. Quidam aūt pastinacā agrestem,

agrestem, uocant daucum: qui urinam quidē mouet potētius, medicamētosior tamen iam est, multumq; si quis eo uesci uelit, est elixandus.

De tuberibus.

HAec quoq; radicibus, aut bulbis sunt adnumeranda: ut quæ nullam qualitatem habeāt insignem. Proinde qui ipsis utuntur, utuntur ad condimenta excipienda: quemadmodum & alijs, quę uocant insipida, & innoxia, & ad gustū aquosa. Quibus omnibus est commune, ut alimētum, quod ab ipsis in corpus distribuitur, nullam insignem habeat facultatem, sed sub frigidum quidem sit, crassitie uero quale id ipsum est, quod sumptū fuerit. crassius quidem est, quod ex tuberibus: humidius autem ac tenuius, quod ex cucurbita: atq; in alijs proportione.

De fungis.

EX fungis boleti, si belle in aqua elixi fuerint, prope accedunt ad cibos insipidos: non tamē sic solis ipsis uulgo utuntur, sed adparant uarie, & condiunt, ut alia omnia, quæ nulla insigni qualitate sunt prædita. Alimentum autem ex ipsis est pituitosum, & frigidum uidelicet, paruiq; est succi, siquis ipsis largius utatur: omnium igitur fungorū ij minimum sunt noxij: secundi aūt post hos sunt amanitæ. Reliquos uero tutius est omnino ne attingere quidem: multi eñ ex ipsorum esu interierunt. Equidem noui quēdam, cui post boletorum non satis elixorum (qui innocentissimi esse putantur) usum largiorem, os uentriculi pressum ac grauatum coarctatumq; fuit, difficilemq; habuit respirationem, & in animi deliquium incidit, sudoreq; frigidum sudauit, ac demum seruari ægre sumptis ijs quæ humores crassos incidunt, potuit: cuius generis est oxymeli ipsum per se, & cum hyssopo & origano ipsi mediocriter incoctis. Is enim tum hęc sumpsit, tum nitri spumā ipsis inspersam: post quæ fungos, quos comederat, uomuit, qui iam quodāmodo in succum pituitosum frigidumq; admodū ac crassum erant mutati.

De radicula.

VRbani quidem homines solam ipsam crudā ut plurimum, ante alios sanè cibos cum garo alui deijciendæ gratia mandunt: quidam autem aceti quidpiam admiscent: Rustici uero cum pane sæpenumero uescuntur, ut alijs obsonijs, quæ sua sponte proueniunt: in quibus origanum uiride, & cardamum, thymus, satureia, pulegium, serpyllū, menta, calaminthe, pyrethrum, & eruca. Omnia eñ hæc uiridia, obsonia sunt esculenta, manduntur q; cum alimentis, suntq; ex genere plantarū herbacearum. Radiculæ autem caulem etiam ac folia mandunt, sed coacti potius, q̄ uoluntarij. Radix tamen ex ijs est, quibus assidue uescimur, estq; obsonium magis q̄ alimentum: nimirum quæ & ipsa cum manifesta calfactione attenuandi habet facultatem. Nam qualitas acris in ipsa superat. Vere autem caulem quendam, qui in altum assurgit, gignere consueuit, quemadmodum & alia omnia, quæ caulem sunt productura: quem caulem elixā-

A tes mandunt cum oleo & garo & aceto, ut rapæ caulem, ac sinapi, & lactucę. nutritq; magis caulis iste, q̄ cruda radicula, ut qui in aqua acrimoniam omnem deponat, paucissimum tamen & ipse habet alimentum. Quidam autem non caulem modo, sed & radiculas ipsas elixantes mandunt non aliter ac rapas, mirariq; subit eos medicos, atq; idiotas, qui post cœnam, coctionis iuuandæ gratia, crudas ipsas esitant: ipsi quidem hanc rem experientia satis sibi exploratā esse affirmant, qui tamen ipsos sunt imitati, omnes læsi fuerunt.

De cæpis, allijs, porris, & ampeloprasis.

HArum quoq; plantarum radices quidē uulgo frequentissime esitant, caulem autem raro, & folia, quæ & ipsa pro portione radicum acrē
B admodum habent facultatem. Corpus calfaciunt, & qui in ipso sunt, humores crassos tenuant, lętosq; incidunt. Si tamē bis ter' ue elixi fuerint, acrimoniam quidem deponunt, tenuant tamen adhuc, & alimentum corpori dant paucissimum, quod certe prius q̄ elixa essent, omnino non dabant. Ceterum allium quidem mandunt, non ut obsoniū, sed ut salubre medicamentum, quod digerendi, & obstructiones aperiendi habet facultatem. Quod si elixum parum fuerit, adeo ut acrimoniam deposuerit, uires quidem habet imbecilliores, succi autem prauitatem nō amplius retinet. Quemadmodum nec porra quidē, nec cæpæ, cum elixa bis fuerint. Ampeloprasa uero tantum à porris dissident, quātum, in alijs omnibus congeneribus, agrestia à do
C mesticis differunt. Quidam autem in totū annum sequentem, ut cæpas aceto condientes, sic & ampeloprasa reponunt, fiuntq; in cibo prestantiora, ac minus habent uitiosi succi. Abstinendū tamen ab assiduo usu omnium acrium, & potissimū cum is qui ipsis uescitur, natura fuerit biliosus. Solis enim qui uel succum pituitosum, uel crudū & crassum ac lentum aceruarint, cibi eiusmodi sunt accommodati.

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS

Liber tertius.

MARTINO GREGORIO INTERPR.

D

R Eliquum autem fuerit, de alimento, quod ab animalibus sumitur, pertractare, quod non paucas habet facultatum differentias, tum in partibus, tum in quibusdā, quæ in partibus ipsis cōtinentur, aut generantur: cuius generis sunt oua, lac, caseus, butyrum, & sanguis.

De alimento, quod à gressilibus animalibus sumitur.

PArtes animalium omnes, non eadem facultate sunt præditæ: sed carnes quidem, cum probe elixæ fuerint, optimum gignunt sanguinem, & potissimum, si eæ animalium boni succi fuerint, cuiusmodi est suum genus: nam partes neruosæ iusto

iusto sunt pituitosiores. Omnium itaq; ciborum, A
suum caro potentissime nutrit. Cuius rei athletæ
certissimum tibi præbent indicium. Si enim pari/
bus exercitationibus parem molem alterius cibi
pridie totum diem comederint, postero die statim
sentient sese redditos imbecilliores. Quòd si pluri
bus deinceps diebus id fecerint, non imbecilliores
modo, uerum etiam alimenti penuria macilentio/
res palàm conspiciuntur. Idem etiam de eo quod
dicimus, potes in pueris, qui in palæstra sese exer/
cent, experiri, & in alijs, qui quamlibet actionem
fortem ac uehementem (cuiusmodi est fodientiũ)
obeunt. Porrò carnes bubulę alimentum quidem
& ipsæ corpori suggerunt non mediocre, neq; dis/
sipatu facile: sanguinem tamen generant, ꝙ con/
ueniat, crassiorẽ. Quòd siquis temperamento na/ B
turali melancholicus magis fuerit, affectu aliquo
melancholico prehẽdetur, si largius his uescatur.
Affectus autẽ melancholici sunt, cancer, elephas,
scabies, lepra, febris quartana, & quæ peculiari no
mine melancholia nominatur. Lien autẽ quibus/
dam à tali succo intumuit: quam rem καχεξία, id
est, prauus habitus, & hydropes sępenumero sunt
consecuti. Cæterum quantum carnes bubulæ to/
tius suæ substantiæ crassitie, suillam superant, tan/
to suillæ bubulas lentore antecedũt. Cæterum ex
suum carnibus, hominibus quidem ętate florenti/
bus, fortibus, & qui sese multum exercent, suum
ætate florentium carnes ad coquendum sunt præ/
stantiores: alijs uero suum adhuc increscentium.
Porrò quemadmodũ ex suibus, qui ætate sunt flo/ C
rẽti, ijs iuuenibus, qui bono corporis sunt habitu,
conueniunt: sic & boum, qui nondum florentem
ætatem attigerunt. Bos enim temperamento est
quàm sus, multo sicciore: quemadmodum & uir
ætate florens, ꝙ puer. Iure igitur ijs animalibus,
quæ natura temperamento sunt sicciore, adole/
scens ætas ad mediocritatem ipsam confert: humi/
diorum uero natura, quod sibi ad probam ac con/
uenientem temperiem deest, ab ætate florenti ad-
sumit. Non modo itaq; uituli carnes habẽt ad cõ/
ficiendum perfectis bobus præstantiores: sed etiã
hœdi capris. Capra nanq; temperamento, minus
quàm bos, est sicca, si tamen homini & sui cõpare
tur, multum superat. Suillę autem carnis similitu/
dinẽ cum humana ex eo poteris intelligere, quòd D
quidam carnes humanas pro suillis sine ulla in gu
stu uel olfactu suspicione comederunt: id enim ab
improbis hospitibus, & alijs quibusdam factum
fuisse iam compertum est. Merito igitur porcelli
alimentum nobis præbent, tanto magnis suibus
excrementosius, quanto ipsis sunt humidiores:
merito minus etiam nutriunt. Nam alimentũ hu/
midius, ut distribuitur, ita etiã discutitur celerius.
Cæterum agni carnem habent humidissimam, ac
pituitosam: Ouiũ uero excrementosior est, ac suc/
ci deterioris: Caprarum quoq; caro præter succũ
uitiosum, acrimoniam etiam habet. Hircorum au/
tem, tum ad coquendum, tum ad succum bonum
generandum est deterrima: hãc sequitur, arietum:

A post, taurorum. Porrò in ijs omnibus carnes ca/
stratorum sunt præstantiores: senum autem pessi/
mæ, tum ad coquendum, tum ad succum bonum
generandum, tum ad nutriendum: quemadmodũ
& sues ipsi, qui quanquam temperamẽto sunt hu/
midi, cum tamen iam senuerint, carnẽ habent non
nunquam siccam, ac concoctu difficilem. Ad hęc,
caro leporum sanguinem quidẽ gignit crassiorẽ,
sed melioris succi, quàm bubula & ouilla. Ceruí/
na autem nõ minus ijs succum uitiosum generat,
ac concoctu difficilem. His agrestium asinorum
bene habitorum ac iuuenum, caro est propinqua.
Sunt tamen, qui & asinorum domesticorum, ubi
senuerint, carnes mandant: quę pessimi sunt succi,
ac concoctu difficillimæ, stomachumq; lædunt, &
B præterea inter edendum sunt insuaues: quemad/
modum equorum ac camelorum carnes, quibus
ipsis homines, animo & corpore asinini ac came/
lini, uescuntur. Sunt qui & ursis, & ijs adhuc dete/
rioribus, leonibus, ac pardis uescantur semel aut
bis elixantes. Quid autem sit, bis elixare, dictũ no
bis ante fuit. Quid iam loquar de canibus (quos &
ipsos iuuenes, ac pingues, & potissimum cum fu/
erint castrati, apud quasdam gentes frequẽtissime
mandunt) cum multi sint, qui pantheris, ut & asi/
nis bene habitis, cuiusmodi sunt agrestes, uescan/
tur: Hæc quidem nõ manduntur modo, sed à qui/
busdam etiam medicis laudãtur. Vulpium autem
carnibus autumno uenatores apud nos uescũtur:
tunc enim uuarum esu pinguescunt. Porrò anima
C lia omnia, quibus alimenta propria affatim suppe/
tunt, longe seipsis in cibo euadunt præstantiora:
quemadmodum deteriora fiunt, quibus ea minus
adsunt. Proinde, quæ herbas è terra emergentes,
aut arborum surculos, aut germina depascuntur,
ea omnia, cum his abundãt, habitiora sunt, ac pin/
guia, nobisq; alendis accommodatiora: quemad/
modum cõtra quibus herbas altiores pasci est na/
turale, hyeme, uere primo ac medio fiunt gracilia,
ac praui succi: ut boues, qui procedente tempore
manifesto fiunt obesiores, succiq; melioris, cum
herbæ augentur, ac densescunt, & ad semen pro/
ducendum festinant. Quæ uero animalia humili
herba nutriri queunt, ea primo ac medio uere sunt
præstantiora, ut oues: æstate autem prima ac me/
D dia, capræ, cum scilicet fruticum germina (quibus
capræ uesci solent) sunt frequentissima. Cum igi/
tur me animalium species inter se comparantem
audiueris, dictum meum experientia examina, ac
dijudica, atq; expende, non animal, quod bene nu
tritum fuerit ac pingue, gracili ac penuria alimen/
ti extenuato comparans: neq; adolescens seni (ini/
quum enim est id iudicium) sed quod in unaqua/
que specie ac genere, aut quocunq; modo appella
re uelis optime est dispositum, alteri quod sit eius/
modi, cõferens. Non igitur amplius opus erit plu
ribus exequi animalia omnia, quæ apud singulas
gentes proprie nascuntur. cuius generis est in Ibe/
ria animalculum, quod lepori est simile, quod que
cuniculũ nominãt; in Lucania aũt Italiæ regione,
quod

quod inter ursum ac suem quodammodo est me-
dium: ceu aliud quoddam inter agrestes mures &
quos glires nominãt, est medium, quod in eadem
Italiæ regione, & alijs plerisq; locis mãditur. Quæ
enim ex eiusmodi animalibus bene sunt nutrita,
ac plane pinguia, ea experientia explora, præpa-
randorum ipsorum rationem, quam incolæ expe-
rientia didicerũt, ab ipsis audiens, ac discens. Qua
lis autem singularum præparationum sit facultas,
iam à nobis discas licet. Quæ nanq; assantes, aut
in sartagine frigentes mandũt, ea corpori siccius
dant alimentum: quæ uero in aqua præcoquunt,
humidius: quæ in patinis cõdiuntur, inter hæc me
dia sunt. quanquàm & illa ipsa pro modo conditu-
ræ, inter se multum discrepant. Siquidem quæ ui-
num, aut garum habent copiosum, ea sunt alijs,
quæ ea non habent, sicciora: rursus quæ exiguam
quidem illorum portionem, aut sapæ (quam hep-
sema quidam nuncupant) ampliorem habent, aut
in simplici, ac plebeio, alboq; appellato iure elixa
sunt, ea prædictis longe sunt humidiora: quæ autẽ
in sola aqua coquuntur, ijs quoq; adhuc sunt hu-
midiora. Maximum præterea in præparatione di-
scrimen accidit pro eorum, quæ inijciuntur, facul-
tate, ut cum omnia siccant quidem, sed alia magis,
alia minus. Sunt porrò hæc, ex seminibus quidẽ,
anethum, apium, carum, lybisticum, cuminum, &
alia quędam id genus: ex plantis uero ipsis, porrũ,
cæpe, anethum, thymus, satureia, pulegium, men-
tha odorata, origanum, & alia huiusmodi ad obso
natricem commentationem pertinentia, de qua
nunc disserere non est propositum. Quemadmo-
dum autem modo præcepimus, cum animalium
differentia inquiritur, quæ optimo sunt habitu,
esse comparanda: ita nunc quoq;, quæ pulcherri-
me sunt præparata, conferantur. Hæc itaq; de pe-
destrium animalium carne audiuisse sufficiat: de a-
liarum autem partium facultate, deinceps, cum ser
monem de limacibus absoluerimus, sumus tra-
ctaturi.

De limacibus.

PErspicuum quidem est, q̃ neq; inter uolatilia,
neq; inter aquatilia, hoc animal est numeran-
dum. Quòd si inter pedestria ipsius non memineri
mus, nihil prorsus de limacium alimento dicturi
sumus: quod iniquum fuerit silentio prætermitte-
re: quemadmodum uermes, qui in lignis nascun-
tur, uiperas, aliosq; serpẽtes, quibus in Aegypto,
& apud alias quasdam gentes uescuntur. Neq; enĩ
illorum quisquam hæc nostra lecturus est: neque
nos, quæ apud illos sunt esculenta, unquam come
demus. Limaces uero Greci omnes quotidie mã-
dunt, carnem quidem duram habentes, eoq; con-
coctu difficilem, sed quæ confecta, potentissime
nutriat. Succus autem ipsis inest, qui uentrẽ sub-
ducit: quemadmodum & ijs, quibus testa pro cu-
te est. Quapropter quidam oleo, garo, uinoq; ip-
sos condientes, eo iusculo ad aluum deijciendam
utuntur. Quòd si huius animalis carne, ut cibo so-
lo esculento, uti uelis, ubi prius in aqua elixaris, in

A aliam aquã transferas, in qua rursus elixabis, tum
demum condies, ac tertio elixabis, usq; dum caro
tota intabescat. Hoc enim modo præparata, aluũ
quidem sistet, sed alimentum corpori dabit non
contemnendum.

De animalium pedestrium partibus excarnibus.

PEdestrium animalium partes excarnes homi
nes mandunt, pedes, rostra, & aures: easq; ut
plurimum in aqua elixas mandunt cum aceto &
garo: nonnunquam autem & sinapi: quidam autẽ
ex oleo & garo, uinum affundentes: sunt qui cum
oleribus, aut in aqua elixis, aut in patinis cõditis.
Porcellorum autẽ pedes ptisanæ elixæ iniecti, ap-
tissimi sunt, tum ut illam meliorem efficiant, tum
B ut ipsi molliores reddantur, & ob id ad elaboratio
nem, quæ in ore fit ac uentriculo, meliores. Non
parua tamen est & in præparationis modo differẽ-
tia, non modo in partibus animalium excarnibus
sed in alijs etiam omnibus: quã fusius in opere de
arte obsonãdi explicabimus. In hoc autem opere,
tantum uniuersales partium ipsarum differentias
exponimus, ipsas inter se (ut diximus) ita compa-
rantes, ut si omnes ad eundem modum paratæ es-
sent: iusta enim est hæc comparatio. Partes igitur
corporis extremæ, ut pinguedinis, ita substantiæ
carnosę habent minimum. Neruosa enim ac cuta-
cea natura in ipsis præpollet: non tamẽ tales hi ner
ui cutis ue sunt, quales in reliquo sunt corpore: nã
in excarnibus magis sunt exercitata, eoq; etiã ma-
C gis lenta. Etenim neruus omnis ac cutis, dum eli-
xantur, ad huiuscemodi naturam deueniunt. Qua
re merito corpus quidem minus alunt, ob lentorẽ
tamẽ per aluum facilius deijciuntur. Meliores aũt
sunt suum pedes q̃ rostrum: quemadmodum hoc
auribus est præstantius. Hæ enĩ constant sola cute
ac chartilagine. Chartilago porrò in perfectis qui-
dem animalibus, omnino cõfici non potest: in ijs
uero, quæ adhuc augescunt, si in ore bene læuiga-
ta, & in uentriculo cõfecta fuerit, paucum alimen-
tum corpori dabit. Eadem aũt est eius quod dici-
mus, in alijs animalibus proportio. Quanto enim
eorum carnes alimenti bonitate, suilla sunt inferi-
ores, tãto illorum partes excarnes partibus suum
excarnibus sunt deteriores. Cæterum illud nequa
D quam arbitror quenquam latere, q̃ partes neruo-
sas uoco eas, quæ pedibus insunt, ad similitudinẽ
eius qui proprie neruus nominatur, quiq; ex cere-
bro ac spinali medulla originem ducit. Quę aũt in
partibus excarnibus neruosa sunt corpora, ad simi
litudinem quidem ita nominantur. Sunt aũt ossi-
um ligamenta, sensus expertia, & præterea tendo-
nes quidam.

De animalium pedestrium lingua.

PEculiaris quędam huic parti inest substantia:
carnem enĩ habet fungosiorem, ac sanguineã
magis. Musculi enĩ carnes sunt exactæ, & potissi-
mum ipsorum partes mediæ. nam multi in suis ip-
sorum finibus in magnos tendones desinũt, quos
plerique medicorum aponeuroses musculorum no-

A minant: quos longe maximos muſculi generant, qui ad artuũ fines pertinent. Quin & muſculi quidam capita habent neruoſa: & ipſius linguæ (quã coci è ſuibus eximentes, elixant) corpus quidem proprium, caro quędã eſt fungoſa, uti diximus: nõ tamen eam eximunt ſolam, neqꝫ elixant, ſed ſimul cum muſculis, qui in ipſam inſerũtur. Vt plurimũ uero, etiam cum epiglottide, & larynge, & glãdulis, quæ illic ſunt: tum ijs, quæ linguę ſunt proprię, ſaliuamqꝫ generãt: tum ijs, quæ ſunt ad pariſthmia ac laryngẽ. Præterea uenæ & arteriæ & nerui, linguæ cum alijs carnibus ſunt cõmunia: illa eñ unà cum carnibus manduntur, niſi ꝙ in hac particula tria hæc uaſorum genera, plura ſunt ac maiora ꝗ pro portione magnitudinis. Quæ porrò facultas ſit alimenti, quòd à glandulosis corporibus ſumi- B tur, deinceps audito.

De glandulis.

QVantũ lingua à carnis ſubſtantia, tantũ glandulæ à linguæ ſubſtantia receſſerunt: nõ tamen omnes æquali omnino ab ea diſtant interuallo. Sed quæ illi adiacent ac contingunt, ijs quadantenus ſunt ſimiles, quæ in mammis habent̃, quando ſaltẽ eæ ſanguine nõdum refertæ fuerint. Non eñ glandulæ mammillares perpetuo ſuo munere funguntur, ut cum aliæ propemodũ omnes, tũ aũt eæ quæ ſunt ad linguam. Natura eñ eas linguę cõparauit ad ſaliuam generandã: mammillares uero poſt fœtum conceptum fiunt raræ ac laxæ, & lacte plenæ. At quo tempore lacte carent, cõtrahuntur ad denſantur, tantum à ſeipſis differentes, quã- C tum permadidę ſpongiæ ἀπὸ τῶν σκελετευομένων: ſic eñ ſpongias appellant, à quibus cum humorẽ omnem expreſſerint, circundatis uinculis ipſas cõſtringunt, totumqꝫ ipſarum corpus cogunt. Sunt aũt & circa larynga ac pharynga huiuſmodi quædam glandulæ, ſicut & in meſenterio: uerũ hę quidem ſunt exiles, eoqꝫ uulgus ipſum latent. Quæ uero ſunt ad pariſthmia ac larynga, magnæ ſũt ac cõſpicuæ. Sunt & aliæ exiguæ in multis corporis partibus, uaſorum diuiſiones firmantes ac fulciẽtes. At glandula illa, cui thymo nomen eſt, haudquaqꝫ eſt exigua, ſed in nuper natis animantibus eſt ꝗ maxima: increſcentibus aũt illis, ipſa decreſcit. Omnibus aũt ipſis illud eſt cõmune, ut ſuaues in cibo ac friabiles appareant: mammillares uero, D cum lac habent, de ipſius etiam dulcedine quidpiam præ ſe ferunt. Quapropter hæ glandulæ, cũ lacte ſunt plenæ, ſummopere à guloſis expetuntur, præcipue ſuillæ. Alimentum aũt, quod ex ijs probe quidẽ in uentriculo concoctis, prouenit, prope ſane ad carnium alimentũ accedit: Quòd ſi minus ꝗ ſat eſt, ſint cõfectæ, ſuccum crudũ, aut pituitoſum generant: humidiores quidem pituitoſum: duriores uero crudum: de quo ante diximus. Teſtes aũt, cum ex genere ſint glandularum, non perinde tamen laudabilis ſunt ſucci, ut mãmillares: ſed habent uiroſum quiddã, ſeminis, quod generant, naturam referentes: ceu renes, urinæ. Atqꝫ etiam animalium greſſilium teſtes ad coquendũ longe ſunt difficiliores. Nam gallorum gallinaceorum altiliũ teſtes & ſuauiſſimi ſunt, & laudabile corpori præbent alimentũ. Glandulæ item collo ueſicæ adiacentes, prope ad teſtium naturam accedunt. Sunt qui renes quoqꝫ inter glãdulas adnumerent: hi nãque glanduloſum quiddam habere ipſis uidẽtur: uerum praui admodũ ſunt ſucci, & concoctu difficiles, ut adultiorum animalium teſtes, cum exectos ipſos mandunt: iuniorum eñ ſunt præſtantiores. Taurorum aũt, & hircorum, & arietum, inſuaues ſũt, ac ad coquendũ difficiles, & mali ſucci.

De teſtibus.

IVuenibus ſuibus ac bubus apud nos teſtes execant, ſed propter uſum diuerſum. Nam ſuũ quidem teſtes cibi cauſa ſecantur: ſuum enim caſtratorum caro ſuauior fit, & plenioris alimẽti, & ad coquendum facilior: boum uero, ut ad agriculturam ſint meliores: tauri enim non facile ab hominibus domantur: Capræ autem & oues, propter utrunqꝫ uſum caſtrantur. Porrò omnes memoratorum animalium teſtes ad coquẽdum ſunt difficiles, ac mali ſucci: nutriunt tamen ſi belle conficiantur, alij magis, alij minus pro ea proportione, quam in carnibus ineſſe diximus. Nam quanto ſuum caro alijs eſt præſtantior, tanto horum quoqꝫ teſtes aliorum animantium teſtibus ſunt meliores. Soli autẽ gallorum gallinaceorum undequaqꝫ ſunt pręſtantiſſimi, & potiſſimum eorum qui ſaginati fuerint.

De cerebro.

CErebrum omne, cibus eſt pituitoſior, craſſiqꝫ ſucci, & tarde permeans, ac ad coquendũ difficilis. Non minimum etiam cerebrum omne ſtomacho nocet. Quidã aũt ipſius mollitie decepti, ipſum ægrotis exhibent, cum pręter alia nauſeam etiam concitet. Quinimmo, cum cuipiam à cibo uomitum mouere uis, huius partem pinguiter conditam, poſtremis epulis edendam exhibe. Illis uero caue exhibeas, qui non appetunt, quos ueteres ἀποσίτους appellabant. Merito igitur nemo cerebrum epulis mandit, cum omnes ipſa experientia docti, ſciant ipſum nauſeam excitare. Iure etiam pleriqꝫ cum origano mandunt, uti nonnulli cũ ſale uarijs modis apparato: quippe cum craſſi ſit ſucci, & excremẽtitium, omnino uomitioni fit accommodatius, quando cum incidentibus & calfacientibus fuerit paratum. Si tamen recte confici poſſit, alimentum corpori præſtabit non contemnendum.

De oſſium medulla.

MEdulla quę in oſſibus inuenitur, cerebro eſt dulcior, iucundior, ac pinguior, adeo, ut ſi ea, inter ſe comparando, guſtes, putaturus ſis cerebrum auſterum etiam aliquid in ſe habere. Porrò medulla nauſeam prouocat, ſi liberalius ſumatur, quemadmodum et cerebrum: nutrit tamẽ & ipſa, ſi probe conficiatur.

De ſpinali medulla.

SPinalis medulla eiuſdem cum cerebro eſt generis: eam tamen perperam medullam appellarunt; cum medulla non modo ſpinali hac, uerũ

etiam cerebro ipso sit humidior, ac mollior, & pinguior. A Quòd uero in spinę ossibus cõtineatur, coloremq́ habeat medullæ adsimilẽ, ob id ipsam medullam nominant: quo nomine quidã ipsum quoque cerebrum uocitarunt. Est porrò spinalis medulla cerebro continua, ac eiusdem cum eo naturæ, nisi ꝙ ipso multo est durior, potissimum in infernis spinæ finibus. Quantum enim à cerebro abscedit, tantum magis durescit. Pinguitudinis sanè habet minimum, quò fit, ut nauseam non prouocet: & si probe conficiatur, non exiguum corpori dat alimentum.

De pinguedine, & adipe.

VTrunq; quidem est oleosum, humiditate tamen et siccitate inter se differunt. Pinguedo nanq; humida quæpiam res est, oleo longa uetu- B state incrassato adsimilis. Adeps uero pinguedine multo est siccior: ideoq; si calfactum ipsum fundas, coit facile, ac concrescit. Pauci utraq; est nutrimenti: potiusq; carnium nos alentium sunt cõdimenta, quàm alimenta.

De pedestrium animalium uisceribus.

OMnium quidem animalium iecur crassi est succi, ac ad coquendum difficile, tardeq; permeat. Omniũ aũt est præstantissimum, non modo ad uoluptatẽ, sed ad alia etiam omnia, qđ συκωτὸν appellatur: quam appellationem inde habuit, ꝙ animalis mactandi iecur multarum ficuum siccarũ esu sic præparent, quod maxime faciunt in suibus, propterea ꝙ huius animalis uiscera, aliorum animaliũ uisceribus natura multo sunt suauiora: eua- C dunt tamen & illa seipsis meliora, cum animal ipsum caricas affatim comederit. Verum minime cõsentaneum hominibus uidetur, præteritis quæ natura cæteris præstant, deteriora consectari. Reliquorum aũt uiscerum lien quidẽ gustu est suauissimus: est enim in eo perspicua quædam acerbitas: merito autẽ praui quoq; succi esse creditur, ut qui sanguinem melancholicum generet: utroq; uero tanto pulmo est ad coquendum facilior, quãto est rarior: multo tamen, quod ad nutriendum attinet, hepate est inferior. Pituitosius autem est id alimentum, quod corpori prębet. Cor, substantia quidem caro est fibrosa ac dura, ideoq; ad coquendum est difficile, & tarde permeat: si tamen probe conficiatur, alimentum corpori exhibet non paucum, ne- D que mali succi. De renibus aũt (nam hos quoque quidã inter uiscera connumerant) prius diximus.

De quadrupedum animalium uentriculo, utero, & intestinis.

DVriores carnibus sunt hæ partes, ob id, etiã si rite conficiantur, succum tamen gignent non planè sanguineum, neq; inculpatum, sed frigidiorem, ac crudiorem. Proinde multum temporis requirunt, prius quàm satis confici, & in probum sanguinem mutari queant.

De agrestium ac domesticorum animalium differentia.

DOmestica animalia temperie humidiora sũt quàm agrestia, tum ob aeris, in quo degunt, humiditatem, tum uero etiam ob uitæ ignauiam. Quæ uero in montibus degunt, multum exercentur, ac fatigantur, pręterea in aere sicciore uiuunt: quapropter eorum caro est durior, nulliusq; prorsus pinguedinis, aut paucissimę particeps, quę causa est cur pluribus diebus, quàm domesticorum, & ociose degentium animaliũ, seruetur imputris. Liquet item quòd alimentum, quod ab ijs prouenit, minus habet excrementi: contra excrementitium est, quod à domesticis atque ociosis sumitur. Necesse igitur est, alimentum eiusmodi nutrire ualentius quàm alterum, succumq; gignere multo meliorem.

De lacte.

LAc quoq; inter cibos, qui ab animalibus sumuntur, est numerandum: in quo haud parua est pro anni temporibus differentia, & ea adhuc maior pro ipsorum animalium specie. Siquidem boum lac, crassissimum est ac pinguissimum: liquidissimum autem ac minime pingue, camelorum: mox, equarum: deinde, asinarum: mediæ aũt consistentiæ, est caprarum: hoc crassius, ouium. Secũdum autem anni tempora, lac post partũ est liquidissimum: temporis uero progressu, magis semper ac magis incrassescit: Aestate uero media, ipsum etiam in medio suæ naturę consistit: post id autem tempus, sensim iam crassescit, quoad penitus deficiat. Vere autem ut liquidissimum, ita etiam copiosissimũ. Quòd autem lac, ut prius diximus, pro animalium specie differat, id uel intuenti quidem protinus apparet: manifestius autem fiet, si ex uno quoq; lactis genere caseus paretur. Etenim liquidissimum lac, serum: crassissimum, caseum habet plurimum. Merito igitur liquidius quidẽ lac, magis: crassius autem, minus aluum subducit: cõtra autem, crassius quidem ualentius nutrit: tenuius autem minus. Quòd siquis lac prius elixando serum omne consumpserit, nihil prorsus subducet. Iniectis uero lapillis ignitis, tantisper dum serum omne consumatur, præterquàm quòd sic paratũ, aluum non subducit, contrarium etiam efficit, ipsumq; ijs exhibemus, quibus uenter acrium excrementorum demorsu infestatur: id ipsum autẽ efficiunt non minus quàm lapilli, aut etiam efficacius, ferrei orbiculi igniti. Facile tamen lac sic paratum, in uentriculo in caseum cogitur: ob id mel illi & salem admiscemus. Quin & aquam etiam affundere, securius fuerit, ut pleriq; medicorum factitant. Neq; mirum tibi uideatur, quòd sero consumpto, rursus aquam infundant. Non eñ seri humiditas est quam fugiunt, sed acrimonia: cuius occasione lac omne aluum subducit, ex substantijs contrarijs mistum, sero scilicet, & caseo. Ad hæc tertium etiam pinguem succum habet, & ipsum quidem lac boum, ut dictũ est, plurimum: ideoq; butyrum (quod uocant) ex eo cõficiunt: quod gustu solo uisuq; quantum in se pinguitudinis habeat, facile cognoscas. Quòd si partẽ aliquam corporis eo inunxeris, ac fricueris, cernes cutim pinguẽ non aliter, ac si oleo fricuisses: præterea, si mortui anima-

animalis corium aridum eo inunxeris, eũdem cer-
nes effectum: quinimmo homines in plerisq; frigi-
dis regionibus, in quibus oleo caret, in balneo bu-
tyro utuntur: cernitur præterea, si ignitis carboni-
bus ipsum infundas, non aliter ac pinguedo flam-
mam excitare. Deniq; utimur ipso in illis, in qui-
bus utimur adipe, cataplasmatibus aliisq; medica-
mentis ipsum permiscentes. Pinguissimum itaq;,
ut diximus, est lac bubulum: ouillum uero ac ca-
prinum habent quidem & ipsa pinguedinis quid-
piam, sed multo minus: asininum uero huius succi
habet minimum. Quocirca non temere in uentri-
culo cuiusquam coagulatur, si statim ut mammis
excidit, calidum fuerit epotum. Quòd si sal & mel
adiiciantur, fieri non potest, ut ipsum in uentricu-
lo concrescat, ac coaguletur. Eandem ob causam
magis per aluum deiicitur, ut quòd serum multũ
habeat, à quo lac omne facultatem accipit deiiciẽ-
di: uti à caseosa substantia, sistendi. Quãtum uero
serum ab alia lactis natura succi bonitate superat,
tanto alia omnia, quæ uentrem deiiciunt, superat:
ob id ueteres ad aluum subducendam, hoc potu
plurimo usi uidentur. Tantum autem mellis opti-
mi ei est iniiciendum, quantum suaue citra stoma-
chi euersionem, sentietur. Pari modo & salem ea
mẽsura iniicies, quo ad gustũ non offendat. Quòd
si ipsum magis subducere uelis, salis quamplurimũ
iniicies. Hæc certe diffusius explicuimus, quàm
præsens institutum postulet. Propositum enim fu
erat, ea commoda exponere, quæ lacti insunt, ut a-
limento, quibus cum id commodum, quod nobis
præstat in aluo deiicienda, esset admistum, fecit rei
affinitas, ut in hanc digressionem sermo noster de
flexerit. Rursus igitur ad propositum reuersi, quæ
de lactis facultate supersunt, exequamur: quorum
id omnium est maximum, quòd omnium ferè quę
mandimus, lac optimum, optimi est succi: uerum
caue, male accipias, quod iam pronunciauimus.
Non enim simpliciter diximus lac omne optimi
esse succi, sed præterea optimũ adiunximus. Nam
lac quidem, quod uitiosi est succi, non adeo succũ
probum gignit, ut non malo succo utentium cor-
pora impleat. Cui rei argumẽto fuit is infans, qui
cũ priore nutrice mortua, alterius praui succi lac
suxisset, totum corpus multis ulceribus habuit re-
fertum: utebatur autem secunda hæc nutrix in a-
gro, syluestribus oleribus propter annonæ carita-
tem, quæ ueris tempore acciderat: unde & ipsa hu-
iuscemodi ulceribus scatuit, & alii quidam, qui in
eodem agro simili uictu sunt usi. uidimus & aliis
permultis mulieribus infantes nutrientibus id tẽ-
poris idem accidere. Atq; etiam si capræ, aut alte-
rius cuiuspiam animalis scammoniam, aut tithy-
mallum depasti, lac cibi loco quis sumpserit, om-
nino aluus illi fluet. Quemadmodum igitur de a-
liis omnibus, ita & de lactis facultatibus intellige-
re oportet, non tanquam simpliciter de quouis di-
cantur, sed de optimo duntaxat: quantum autem
in singulis generibus unumquodq; ab optimo de-
ficit, tanto commodis, quæ optimum id nobis præ

A stat, est inferius. Lac igitur quod seri habet pluri-
mum, etiam si semper eo utare, nihil penitus adfe-
ret periculi. Quod uero huiuscemodi humidita-
tem habet exiguam, caseosam autem crassiciẽ mul
tam, omnibus qui ipso multum utuntur, est peri-
culosum. Nam eos quidem renes offendet, qui cal
culis generandis sunt appositi: iecur item obstruet
iis, qui hoc affectu facile prehẽdi possunt: tales au-
tem sunt, quibus fines eorum uasorum, quę cibum
ex simis uisceris in gibba transsumunt, sunt angu-
sti. Thoracis autem ac pulmonis partibus lac om-
ne est utile: capiti uero, nisi quis ipsum habeat ad-
modum firmum, non est accommodum, ut nec
hypochondriis, quæ leui de causa inflantur: in plu
rimis enim in uentriculo uertitur in flatus, suntq;
B paucissimi, quibus id non accidat. Si uero cum a-
liquo eorum cibariorum, quæ crassi sunt succi, di-
utius elixum fuerit, flatuosam quidem naturã de-
ponit, sed iecur magis obstruit, & calculos in reni
bus promptius gignit. Huiusmodi autem edulia
libro primo esse diximus, amylum, similaginem,
alicam, tragum, orizam, lagana, rhyemata, & pa-
nes non bene in clibano assos, nec multa tritatione
prælaboratos, nec multo sale, ac fermento medio-
cri saturatos. Cęterum, ut in iis, ita in aliis, quę nõ-
nulli lacti admiscentes mandunt, mistorum facul-
tas aliquam ex lactis facultatibus augebunt, aut
imminuent. Nunc autem ipsius facultatem defini
amus, illud boni esse succi & multi alimenti statu-
entes, quod ex contrariis substantiis ac facultati-
C bus est conflatum, subducendi scilicet ac sistendi,
obstruendiq; ac tenuandi. Quod nanq; eius sero-
sum est, succos crassos tenuat, & aluum subducit:
quod uero caseosum est, aluũ sistit, & succos cras-
sos gignit, ex quibus, ut diximus, in hepate obstru
ctiones, & in renibus calculi oriuntur. Nocet au-
tem ipsius usus assiduus dentibus, & circundatis
carnibus, quas gingiuas nominant. Has enim, hu-
midas: dẽtes uero, putrefactioni et erosioni admo-
dum obnoxios reddit. Sumpto igitur lacte, os ui-
no diluto colluere conueniet: satius autem fuerit,
si mellis etiam quidpiam ipsi inieceris. Ita nanque
omne caseosum, quod ex lacte dentibus ac gingi-
uis circũfixum fuerit, abstergetur. Quòd si etiam
cuipiam tam robustum sit caput, ut uini meri col-
D lutione non offendatur, melius is dentibus & gin-
giuis consuluerit: uerumtamen & mel uino permi
stum, misturam ex utroq; reddit meliorem. Illud
uero dentium incolumitati tutissimum aduersus
lactis iniurias fuerit præsidium, si quis post sump-
tum ipsum, primo, melicrato: deinde uino adstrin-
gente, os colluat.

De oxigalacte, id est, acido lacte.

OXygala autem, quod uocant, dentes quidẽ,
qui saltem secundum naturam habent, ni-
hil offendit: qui uero aut ob naturalem intemperi-
em, aut adscititium quempiam affectum, iusto sũt
frigidiores, hi soli, ut ab aliorũ frigidorũ occursu,
ita ab hoc quoq; offenduntur: acciditq; iis nõnun-
quam symptoma, quod stuporem nominãt, quale
post

post esum mororum immaturorum, & aliorū omnium acerborum & acidorum euenire consueuit. A Illud item perspicuum est, quòd uentriculus, qui quauis de causa est frigidior, oxygala non belle cōficit: temperatus uero, quamuis ægre, conficit tamen aliquantum. Contra uentriculi iusto calidiores, siue ab initio tales fuerint, siue à quapiam causa postea in eam temperiem sint adducti, præterq; quòd nihil ab huiuscemodi edulijs læduntur, cōmodo etiam aliquo fruūtur. Quin hi quoq; oxygala ipsum circundata niue prius refrigeratum, indolenter ferunt: quemadmodum & alia pleraq; id genus edulia, atq; adeo aquam ipsam niue sic præparatam. Quocirca admirari subit plerosq; medicos, qui de singulis edulijs pronunciarunt, hoc quidem nobis esse utile, aliud uero noxium: præterea B ad coquendum facile, aut difficile: mali succi esse, aut boni: multi aut pauci esse alimenti: stomacho conuenire, aut aduersari: aluum ducere, aut sistere: aut aliam quamuis uirtutem, uitiumúe obtinere. De quibusdam certe licet pronunciare, hoc quoddam edulium omnibus hominibus praui esse succi, aut ad coquendum difficile, aut stomacho noxium: de plurimis tamen fieri non potest, ut unico edicto citra ullam distinctionem uere pronuncies. Cæterum cum necessario lōga futura esset oratio, si in singulis edulijs, tam naturalium temperamentorum, quàm acquisititiorum affectuum distinctiones adscripsissemus: satius fore existimauimus (quemadmodum in primo horum commentariorum fecimus) ab initio uniuersalem quidem totius doctrinæ methodum ostendere: post autem in C particularibus nonnunquam eam ad memoriam reuocare, præsertim in ijs, quæ non simplicis sunt naturæ, quale utiq; est lac, de quo nunc agimus: quod tametsi sensui quidem similare apparet, ex diuersis tamen substantijs ac facultatibus est compositum. Huic nanq;, etiam si optimum fuerit, pro diuersa tamen uentriculorum natura accidit, ut interdum quidem [in hoc] acescat: aliàs uero fumosum ac nidorulentum ructū in altero sursum emittat: etenim cōtrarij sunt affectus, secundum quos, quod in uentriculo non fuit coctum, acidum aut fumosum euadit. Siquidem caloris inopia, in acorem: eiusdem autem excessu, in nidorem ac fumū uertit. Quæ duo lacti eueniunt, quia in se nō mo- D do serosam naturam, uerum etiam pinguem & caseosam contineat. Hac certe de causa oxygala quidem, si in uentriculo non coquatur, nunquam in nidorem uertitur: potissimum, si in biliosissimum ac feruentissimum uentriculum inciderit. Neq; enim amplius calidam acremq; qualitatem ac facultatem retinet, quam lac à sero habet: neq; pinguē & mediocriter calidam, quam lac à pinguedine, quæ sibi inest, possidebat. In huiuscemodi eñi præparatione, sola relinquitur caseosa substantia, eaq; ipsa non eiusdem naturæ, cuius ab initio fuit, sed ad frigidius conuersa. Itaq; de oxygalacte dixisse suffecerit, quòd frigidum est, ac crassi succi. Hæc enim sequitur, ut ipsum non facile à corpore me-

diæ temperaturæ conficiatur. ad eam enim in omnibus meis operibus, cum aliquid simpliciter pronuncio, sæpe iam monui id esse referēdum. Quinetiam succum crudum, quem uocant (cuius naturam, tum prius alibi exposui, tum etiam in libro superiore de eo disserui) consentaneum est ab istiusmodi cibis abunde generari. Non abs re autē edulium hoc calidissimis uentriculis est utile: quemadmodum frigidioribus aduersissimum. Id tamen in singulis cibarijs non conuenit adscribere, sed in quibusdā meminisse suffecerit, quòd succus eiusmodi, qualis ex oxygalacte, caseo, & omnibus crassi succi edulijs prouenit, calculos in renibus solet gignere, cum hi calidiores iusto fuerint, siue ob naturalem intemperiem, siue ob alium quendam affectum ipsis postea innatum: non tamē pro caloris modo, meatuum transitus latos habeant. Corporum enim constructiones, quæ morbis maxime sunt obnoxiæ, ex partibus contrarij temperamenti componuntur: ut uerbi gratia, si uentriculus admodum sit calidus: cerebrum autem frigidum. Pari modo & pulmo aliquādo, ac totus thorax frigidus est: uentriculus autem calidus. frequēter uero contra euenit, ut omnia alia scilicet æquo sint calidiora: solus autem uentriculus frigidior sit, hepar uero calidius: atq; in alijs partibus similiter. Quapropter initio etiam monuimus, utilissimam esse doctrinam, quæ de facultatibus, quæ alimentis insunt, tradit, cum eas differētias explicat, quæ in humiditate spectantur, & siccitate, caliditate, & frigiditate. Præterea substantiæ ipsorum lentore, aut crassitie: ad hæc, quod aut similare est, de quo agetur, uel ex partibus temperamento contrarijs compositum, cuius generis est lac. Ad horū porrò dignotionem dixi nos manu duci, cum per olfactum ac gustum, tum per alia symptomata, de quibus in operis huius initio disserui: uti nunc quoq; in lacte eius naturam ostendi ex ijs symptomatibus, quæ ei accidunt, cum aut calefit, aut coagulo cogitur, aut alio quouis modo partes ipsius secernuntur: etenim uel citra coagulum scissio, quam uocant, id efficit, cum lacti abunde calido oxymel frigidum instillamus. Idem etiā mulso efficimus. Interdum etiam citra ullam liquoris instillationē, uase frigidissimam aquam cōtinente in lac demisso, ipsum scindimus. Præterea sine coagulo id lac, quod post editum fœtum emulsum fuerit, protinus concrescit, si super cineres calidos parumper calefiat: uidenturq; ueteres comici lac ita coactū, pyriasten appellasse. In Asia autem apud nos pyriephthum, ipsum nomināt. Id quidem lac omnino ab alia substantia est purum. Cum autē melle ipsi admisto, per coagulum cogunt, hoc quidem opere, quod in eo est tenue & aquosū, separatur. Quidam autem ex ipso duntaxat, quod coactum est, mandunt: quod partim ex caseosa lactis substātia, partim ex calida atq; ignea coaguli facultate, partim ex melle ipsi admisto est compositum: alij uero unà cum eo quod cōcreuit, serum quoq; transglutiunt, idq; aut pariter totū cum toto, aut alterū

altero copiosius. accidetq; , ut alijs quidē largius: alijs uero minus aluus subducatur, pro portione quantitatis serosi humoris. Perspicuum præterea est, quòd eorum corpus, qui solum id, quod concretum est, comederint, amplius nutrit: minus uero eorū, qui unà cum ipso serosi humoris quidpiā transglutierint: & multo adhuc minus eorū, qui eius quidem, quod coactū est, parum: serosi aūt humoris plurimū hauserint. Simili modo & in eo, quod à partu, siue cū melle, siue absq; eo coijt, non paruam differētiam inuenies. Cum enim mel non accepit, ad coquendum est difficilius, et succi crassioris: præterea per aluum tardius secedit, utrunq; tamen corpus abunde nutrit. Hæc de lactis facultate nouisse, in præsenti opere suffecerit. Eius nanque utilitates, quas in morbis præstat, ijs qui quauis ex causa tabe laborant, aut ulcus habent in pulmone, proprie ad medendi rationem pertinent.

De caseo.

DE casei quidem facultate iam diximus, cum de lacte sermonem faceremus, satius tamen fuerit nunc rursum particulatim de eo tractare. Nam dū paratur, assumit ab iniecto coagulo acrimoniam, humiditatemq; omnem deponit, & potissimum, si inueterarit: tum enim quàm prius acrior euadit, & manifeste calidior redditur, atq; ardētior: ob id ipsum [siticulosior] & ad coquendum difficilior, & peioris succi efficitur. Qua de causa, nec id ipsum, quod crassis cibis acres ac tenuantes facultates admistas habentibus, inest commodi, caseus citra noxam possidet. Maior enim noxa ex succi ipsius prauitate, & ardenti calore accidit, q̃ crassorum tenuatio conferre queat: quando ad calculorum in renibus procreationē hic succus [nō] minus est noxius. Ostendimus enim calculos in illis corporibus nasci, in quibus succorum crassities cum ardenti calore est coniuncta. Fugiendus igitur est eiusmodi caseus, ut qui nihil conferat neque ad coctionem, neq; ad distributionem, neque ad mouendam urinam, neq; ad uentris deiectionē ceu utiq; nec ad succi probitatem. Deinceps autē malus quidem, sed prædicto minus est putandus, qui neq; est uetus, neq; acris. Omnium autem caseorum recentium is est præstantissimus: qualis apud nos Pergami, & in Mysia, quæ est supra Pergamum, fit, qui ab incolis oxygalactinus appellatur, suauissimus quidem in cibo, stomacho autem minimum noxius, alijsq; omnibus caseis cōcoctu transituq; facilior, succum habens non uitiosum, neq; usq; adeo crassum: quod uitium omnium caseorum est cōmune. Præstantissimus etiam est is, qui Romæ apud diuites celebratur, βαθὺν appellant: & præterea alij quidam in alijs regionibus. Cum autem singulatim permagna sit in ipsis differentia, tum pro animalium natura, tum pro preparandi modis, & preterea ipsorum caseorum ætate: conabimur hoc in loco ipsorum facultatē paucis scopis circumscribere: quibus quis intentus, meliorem à deteriore facillime discernet. Scopi quidē in genere sunt duo, quorum alter in certa substan-

A tiæ casei consistentia uersatur, secundū quam mollior est aut durior, densior aut laxior, glutinosior aut friabilior: Alter in gustabili qualitate cōsistit, secundum quam in quibusdam ipsorū acor superat, in alijs acrimonia, aut pinguitudo, aut dulcedo. aut aliud quidpiam id genus, aut omniū est uelut æquabilitas. Porrò secundū speciales differentias prædictorū generū, mollior quidē duriore est præstantior: rarus uero ac laxus, denso admodum ac compacto. Iam uero cum glutinosus ualde, & is qui ad asperitatē usq; est friabilis, sint uitiosi, prestantior est, qui inter hos duos est medius. Quòd aūt ad eam dignotionem, quę fit gustu, pertinet, is omniū est præstantissimus, qui nullam uehementem habet qualitatē, sed dulcem habet supra alias
B parum eminentē. Suauis item insuaui est præstantior: & mediocriter salitus, eo qui est permultū, & eo qui omnino salis est expers. Postea tamen q̃ caseum sic examinatū sumpseris, licebit etiam ex ructu cognoscere, qualis inter caseos sit melior, aut deterior. Cuius nāq; qualitas paulatim marcescit, præstantior: cujus contra perdurat, nō bonus. Iste enim perspicue ægre mutatur, atq; alteratur, & ob id ipsum ægre conficitur. Omnium eñ qualitatū, quarum ante meminimus, alteratio necessario sequitur alimentorum coctionem.

De pedestrium animalium sanguine.

SAnguis [omnis] ad coquendum est difficilis, præcipue crassus, & melancholicus, qualis est
C bubulus: Leporinus autē ut suauissimus celebratur, multiq; ipsum cum iecore solent elixare: quidam autem cum alijs etiam uisceribus. Sunt qui suum quoq; iuniorum sanguinem edant, ceu alij etiam grādiorum, cum castrati fuerint: Aprorum uero nemo ne gustare quidem tentauerit, propterea quòd insuauis est, & ad coquendum difficilis. Homerus quoq; caprarum sanguinem in cibo iucundum esse nòn ignorauit.

De alimento, quod à uolucribus animalibus sumitur.

VEteres omnes animalia uolucria ac bipeda ὄρνιθας nominabant: nunc autem apud Grecos consuetudo inualuit, ut quas illi ἀλεκτορίδας,
D id est, gallinas uocabant, nunc solas eas ὄρνιθας appellent, quemadmodum & masculos ipsos ἀλεκτρυόνας. Auium porrò omnium uolucriū genus, paucissimum præstat alimentum, si ad genus gressilium cōferatur, potissimum, si ad suillā qua non aliud inuenias, quod copiosioris sit nutrimēti: uolucrium tamen caro ad coquendū est facilior, præcipue perdicis, atagenis, colūbæ, galli gallinacei, & gallinæ: turdorum uero, & merularum, paruorumq; passerum (inter quos etiam sunt, quos turricolas uocant) caro q̃ prædictorum est durior: his autem ipsis, turturis, palumbi, anatisq; caro est durior: phasianorū, quod ad concoctionem, & nutrimentum attinet, gallinis est similis, uoluptate tamen in edēdo superat: his durior est pauonis caro,

& fibro-

& fibrosior, & ad coquendum difficilior. Porrò in omninibus uolucribus animalibus, ut et in quadrupedibus, scire in uniuersum oportet, quòd augescentium caro multo est præstantior, quàm ætate declinãtium: media autem est inter utranq; florentium. Praua autem admodum est ualde nouellorum, sed diuersa ratione ac senum. Siquidem horum caro dura est, & sicca, ac neruosa: ideoq; praua ad coquendum, & exigui nutrimenti. Contra animalium nuperrime editorum corpora, mucosa sunt, ac humida, eoq; excrementis plena, facilius tamen per aluum secedunt. Hæc in cunctis animalibus memoria teneto: id enim omnibus ipsis ex æquo inest secundũ differentias, quæ ab ætate sumuntur: cõmunis etiam est, si sanitatem spectes, præparationis modus, quem antea exposuimus, & nunc rursum summatim repetemus, facultates duntaxat in memoriã reuocantes, quòd quæ assa sunt & frixa in sartagine, ea sunt sicciora: quæ uero in aqua dulci sunt elixa, alimentum corpori præbẽt humidius. De ijs porrò quæ ex albo iure, uarijsq; patinarum condimentis esitantur, antea abunde disseruimus, ceu de domesticis quoq;, & agrestibus. Non mediocris uero est differentia eorũ, quę in stagnis, aut paludibus, aut lacustribus locis uiuunt, cum ijs quæ in mõtibus, aut locis siccis degunt. Nam pro locorũ natura ac proportione, animalium carnes fiunt sicæ, & excrementis uacuæ, & ad coquendum faciliores: aut humidæ, & excrementitiæ, & concoctu difficiliores.

De anseribus, & struthocamelis.

Χηνῶν nomen ueteribus etiam est cõsuetum, στρουθοκαμήλων uero insolens. Nominant enim eas μεγάλας στρουθοὺς: ego uero etiamnum adolescentulus, audiui sophistam quendam ex eorum numero, qui de eiusmodi problematibus disserũt, in utranq; partem disceptantem, ac probantem, huiuscemodi animalia nunc aues esse, nunc uero nõ esse. Longe aũt pręstiterit nõ id, sed qualemnã alimentum, quod ab ipsis sumitur, habeat facultatem, inquirere: id autem ubi ex me audieris, per ocium ab alio disces, utrum oporteat animalia hæc aues nominare, nec'ne. Ipsorum igitur caro est excrementitia, multoq; ad coquẽdum est difficilior, quàm prædictorũ uolucrium animaliũ: ipsorum tamen alæ non sunt cæterorum alis deteriores. Quadonquidẽ in multis uolatilibus, potissimum quæ parua sunt, & carne dura prædita, alarũ substantia est fibrosa, ac dura. Quarundam aũt caro tota est eiusmodi, cuiusmodi gruum: quas tamen & ipsas mandunt, plurimis ante diebus macerantes, & (ut sic dicam) mortificantes. Inter grues autem & anseres caro tardarum, quas uocant, quodammodo est media, quæ οὐτίδες uel ὠτίδες appellantur: utroq; enim modo prima syllaba profertur, & scribitur, per ου scilicet, & per ω.

De differentia, quæ est in partibus animalium uolucrium.

Viscera quidem in uolucribus animalibus, eandem habẽt ad carnes proportionẽ, quam in pedestribus habere memorauimus: intestina uero horum omnium omnino nõ manduntur, in eorum tamen uentriculis non ita habet. Vesci enim sunt, & nutriunt. Quidam autẽ ipsorum ualde etiam sunt iucundi, ceu anserum, post quos sunt altilium gallinarum. Quemadmodum autem in suibus, dum adhuc uiuunt, hepar ex caricarum pastu ad uoluptatem præparatur: ita in anseribus uideo ipsorum alimenta lacte imbui: ut non modo corũ iecur sit iucundissimum, sed potenter etiam nutriat, ac optimi sit succi, & delectu minime difficile, probeq; similiter in uentriculo cõficiatur. Ad hæc alæ anserum ad concoquendũ ac nutriendũ sunt accommodæ: & ijs adhuc magis gallinarum. Cæterum cum iuniorum animalium caro ab annosorum multum dissideat, alarum quoq; natura multo euidentius dissidet. Pari modo gracilia ab obesis discrepant. Nam iuniorum ac probe nutritorum caro præstãtissima: pessima autem gracilium & annosorum. Pedes autem paulo minus omnium, cibo sunt inepti. Gallorum autem gallinaceorum cristas, ac palearia nemo nec probarit, nec etiam damnarit: horum uero testes sunt pręstantissimi, præcipue altilium, & multo magis si cibus eorum, quo sunt nutriti, seroso lacte fuerit imbutus: nã & boni sunt succi, & ualide nutriunt, & ad coquendum sunt facillimi: deiectionem tamẽ nec iuuant, nec morantur. Cæterum animalia uolucria exiguum quidem habẽt cerebrum, sed ipsum tamen tanto pedestrium cerebro est præstantius, quanto est durius: uolucrium aũt ipsorum, montana cerebrum habent q̃ palustria præstantius, pro aliarum omnium partium proportione. Quidam autem falsò struthocameli uentriculum laudant, ceu medicamentum quoddam, quod coctionem iuuat: alij uero longe magis mergi uentriculũ laudant. Verum hæc neq; ipsa facile concoquuntur, neq; alijs in eo ceu medicamenta auxiliantur, ueluti zingiber & piper: & præterea alia ratione uinum & acetum. Quòd si de uolucriũ animalium lingua, ac rostro dicere aggrediar, cum ea nemo ignoret, garrire merito existimabor.

De ouis.

Ova quoq; inter alimenta, quæ ab animantibus sumuntur, sunt numeranda, quorũ tres inter se sunt differentiæ: Prima quidem penes propriam substantiã. Gallinarum em̃ ac phasianarum sunt pręstantiora: deteriora uero anserũ ac struthocamelorum: Secunda aũt penes tempus: aut enim longo ante tempore, aut breui sunt edita: Tertia penes coctur̨æ rationem: nam quædam diutius cocta fuerunt: alia ad mediocrem usq; cõsistentiam: alia duntaxat excalfacta fuerunt. Secundum quas differentias, alia quidem cocta uocantur: alia tremula: alia sorbilia: Tremula uero ad nutriendum omnium sunt præstantissima: Sorbilia autem minus quidem nutriunt, sed facilius subducuntur, & pharyngis asperitates læuigant: Cocta uero & ad coquendũ sunt difficilia, & tardi trãsitus, crassiusq; alimentũ corpori tribuũt. His uero tardius

permeant, ac peioris sunt succi, quæ in calidis cineribus assantur. Quę uero ἀπὸ τῶν ταγήνων, id est, in fartagine sunt spissata, atq; ob id ipsum ταγηνιστὰ nuncupanẽ, pessimum habent omnibus modis alimentũ. Nam interim dum coquuntur, in nidorem uertuntur, & prætereą quòd succũ crassum gignũt, ipsum etiã prauum gignunt, atq; excrementitium. Porrò quæ πνικτὰ, id est, suffocata appellant, elixis & assis sunt meliora: parãtur aũt ad hũc modum. ubi ipsa oleo, & garo, & pauco uini conspersa fuerint: uas, quo continent, cacabo aquam calidam habenti indunt: deinde ubi ipsum totum superne obturarint, ignem substruũt, quoad oua mediocrẽ habeant cõsistentiã. Quę ẽm supra modũ sunt crassa, elixis & assis fiunt similia: Quę uero ad mediocrẽ crassitiem peruenerunt, & melius q̃ dura concoquuntur, & alimentũ corpori dant præstãtius. Eidẽ etiã consistentiæ mediocritati, intentos nos esse oportet, in ijs ouis, quę superne caldarijs infundũtur, non permittentes neq; ipsa omnino incrassari: sed cum adhuc succum suum retinent, uas ab igne submouentes. Oua aũt recentia ueteribus plurimũ præstant: quippe optima sunt recentissima: uetustissima autem pessima. Quæ uero in horum medio sunt, proportione recessus ab extremis, bonitate aut prauitate inter se differũt.

De uolucrium animalium sanguine.

GAllinarum ac columbarũ sanguine nõnulli uescuntur, maxime altilium, qui suum sanguine haud quaquam est inferior, neq; uoluptate neq; concoctionis facultate: plurimum tamen relinquitur à leporino. Sanguis autem omnis, quocunq; modo ipsum parauerᵢs, ad coquendum est difficilis, & excrementitius.

De nutrimento, quod ab aquatilibus animantibus sumitur.

ANimaliũ in aquis degentiũ, permulta sunt genera, differentiæq; in ijs sunt, ac species. Nunc uero similitudines inter ipsas, quę ad usum medicinæ pertinent, ut in prioribus fecimus, referemus: medicinã aũt, aut artẽ sanitatis tuendę dicere, nihil ad præsens propositũ interfuerit. De omnibus igitur dicemus, quemadmodũ in alijs ante fecimus, quibus uulgo assidue uescuntur.

De mugile.

MVgilis ex squãmatorum piscium est genere, nasciturq; non in mari modo, uerũetiam in stagnis ac fluuijs. Proinde particulares mugiles magnum inter se habent discrimen, adeo ut pelagici mugilis genus, diuersum esse uideaẽ ab eo, quod in fluminibus, stagnis, lacubus, aut riuulis urbium latrinas purgantibus, prouenit. Eorum sanè caro, qui in aquis limosis ac sordidis degunt, excremẽtitia est admodũ ac muccosa. Optima autem eorum est qui in puro mari uiuunt, pręcipue cum uentorũ procellis agitatur. Nã in quieto, nullisq; agitato fluctibus, tanto pisciũ caro fit deterior, quãto minus exercitatur: in stagnis aũt maritimis (quæ λιμνοθαλάττας appellãt) adhuc est deterior: et hac adhuc magis in stagnis: quę si parua sint,

A nec magnos fluuios recipiãt, neq; fontes habeãt, nec largũ effluuium, multo profecto est deterior. Pessima sunt stagna, ex quibus nihil aquæ omnino effluit, sed stabilis est, ac planè immota. De ijs porrò, qui in paludibus, lacubusq;, atq; id genus locis degunt, initio diximus. Pessimã enim habẽt carnẽ, qui in eiusmodi locis degunt. Eorũ aũt, qui in fluuijs gignuntur, pręstantiores sunt, qui in ijs gignuntur, in quibus aqua rapide fluit, ac copiosa est: qui uero in stagnantibus, non boni. Præterea penes alimẽta pisces meliores peiores'ue euadũt. Nam quibusdam herbarũ ac bonarum radicũ copia suppetit, ijq; eam ob causam sunt pręstãtiores. Alij herbas pascuntur limosas, & radices mali succi. Præterea qui in fluminibus urbem magnã pre-
B terfluentibus, hominũ stercoribus & prauis id genus escis uictitant, omniũ, ut diximus, sunt deterrimi: adeo, ut si paulo diutius mortui permanserint, statim putrescant, & pessime oleant. isti aũt in cibo sunt prorsus iniucundi, & ad coquendũ difficiles, exiguumq; boni quidẽ alimenti, excremẽti aũt plurimum reddunt. Quare mirũ non est, si prauum succum in eorũ corporibus, qui quotidie illis uescuntur, congerant. Qui cum sint deterrimi, omniũ cõtra sunt præstantissimi, qui (ut diximus) in purissimo mari degũt, maxime ubi littora, quæ aquam in orbem ambiunt, terra nõ abundant: nec læuia, sed aut arenosa sunt, aut aspera. Quòd si pręterea ad boreã spectent, longe erũt meliores. Cum enim exercitationes propriæ non parum ad succi
C probitatẽ omni animanti conferãt, puritas adhuc eius uenti, qui aquæ miscetur, substantię ipsorum bonitatem auget. Perspicuũ igitur ex ijs quæ diximus, est, mare alterum alteri in eo præstare, q̄ aut purum planè est, aut fluuios multos et magnos excipit, ut Pontus. Pisces enim, qui in huiusmodi degunt, quanto stagnales antecellũt, tanto ijs, qui in puro mari degunt, sunt inferiores. Sunt aũt & stagna quædam huiusmodi, quorũ quędam λιμνοθαλάττας appellãt, ubi uidelicet fluuius magnus stagnum efficit, quod mari cõiungitur. Et ut fluuius non stagnet, ubi primũ mari cõmiscetur, aqua ex salsa ac dulci est mista, & pisciũ caro, qui in ea aqua degunt, media est inter fluuialium & marinorum piscium carnem. Cõmunis aũt tibi sit hæc o-
D ratio, alijs quoq; piscibus, qui in fluminibus, et stagnis, & mari gignuntur: nam bona eorũ pars non ambigit: cum marini fluuialem aquam fugiãt: fluuiales autem ac stagnales, marinam. Mugilis uero omniũ maxime aquis utriq; utitur: eaq; ipsius natura est, ut à mari longissime discedẽs, aduerso flumine natet. Hic quidẽ mugilis numerosas ac paruas spinas non habet, uti nec alius quispiam marinorum: qui uero è fluuijs, aut stagnis mare ingreditur, nõ secus ac cõgeneres, plenus est huiusmodi spinarũ. Nam omniũ ferè pisciũ caro, qui in stagnis, aut fluminibus gignunẽ, tenuibus spinis plena inueniẽ, quas nullus marinorũ habet. Nã quo loco magni fluuij ostiũ mari cõmittitur, nonnulli quidem pisciũ fluuialium in mari, queãdmodum

&

& marini quidam in flumine capiunt, quos discer nas, eo quod prędictas spinas, aut numerosas, aut prorsus nullas habeant. Pauci sanè fluuialiũ mare ingrediuntur: at marini omnes fluuijs gaudent. Continuo aũt & gustus mandenti tibi, præstantiorem mugilem indicabit. Iucũdior nanq; ipsius est caro, & acrior, pinguedinisq; expers. Pingues cõtra, & soluti saporis, tum cibo, tum ad cõcoquendum sunt deteriores: præterea stomacho sunt noxij, & uitiosi succi: quapropter cum origano ipsos parant. Quidã uero nostrates, pisces quosdã in fluuijs genitos λευκίσκους nominãt, rati diuersos esse à mugilum genere: cætera tamen omnino animal animali est simile, nisi φ λευκίσκος paulo est candidior, caputq; habet minus, & saporẽ acidiorem: alimenti aũt quod ab eo sumitur, facultas est, qualem prius fluuiali mugili inesse diximus. Proinde de nomine, nõ de re est cõtrouersia. Quod aũt nouisse magis retulerit, id iam dicã. Hic piscis unus eorum est, qui sale cõditi asseruãtur. Nam stagnalis sic conditus, multo q; ante præstantior euadit. quicquid enim mucosum, aut uirosum gustu refert, id totum deponit: Verum recens salitus, iandiu salito est melior. Sed de salitis quidẽ piscibus paulo post sermo communis habebitur, sicut de ijs, qui hyeme (ut sic dicam) mortificantur.

De lupo seu laurace.

HVnc piscem in aquis dulcibus natum nõ uidimus, sed è mari in flumina, aut stagna ascẽdisse conspeximus. Ideoq; paruus, raro: quẽadmodũ mugilis, sæpe inueniť. Et quanq; pelagius sit, stagna tamen maritima non fugit, nec fluuiorum ostia: Pelagij enim uocantur, qui in mare profundum secedunt. Alimentũ sanè, quod tum ex hoc, tum ex alijs piscibus prouenit, sanguinem gignit cõsistentia tenuiorem, q; quod ex pedestribus animalibus sumitur, adeo, ut non affluenter nutriat, et celerius discutiať. Cum aũt nomen hoc tenuius nunc in duabus rebus inter se collatis, nunc citra collationem enũciemus, sciendũ nos, cum ipsum simpliciter pronunciamus, ad sanguinem medium inter extrema cõparare. Extremæ autem prauitatis secundum consistentiam, sanguis est tum crassus, ut pix liquida: tum serosus adeo, ut postea quam è uena effusus concreuerit, plurimũ habeat aquosæ humiditatis supernatantis. Laudatissimus uero est, qui inter hos exactè est medius, qui fit ex pane optime præparato (de quo primo libro egimus) & animalibus uolucribus, de quibus diximus, perdice scilicet, alijsq; id genus: quibus ex marinis piscibus pelagij sunt propinqui.

De mullo seu trigla.

HIc quoque pelagicis piscibus annumeratur: celebratur autem apud homines, tanquam uoluptate cibos reliquos superet. Omnium ferme aliorum carnem habet durissimã, & ualde friabilem: quod idem significat, ac si dicas nihil in eo esse lentoris, neq; pinguedinis. Nutrit certe, cum probe confectus fuerit, omnibus alijs piscibus copiosius. Diximus aũt antea, quòd cibus durior, ac

A crassiorum partium, & (ut sic dicam) terrestris magis, alimentum corpori præstat copiosius, q; humidior ac mollior, præsertim quando præter id, substantiam habet corpori alendo accõmodatam ac familiarẽ: quæ substantia uoluptate iudicatur. Nam alimenta, quę tota substantia ab alendis animalibus sunt aliena, ea aut non prorsus, aut insuauiter manduntur: ex familiaribus uero, quemadmodum humidius, minus nutrit, ita coquitur facilius ac distribuitur. Ergo mulli caro, iucunda quidem est, ut quę alimentũ est hominum naturæ accõmodum: & quanq; alijs piscibus sit durior, manditamen quotidie potest, propterea φ friabilis est & pinguedinis expers cũ quadã acrimonia. Nam

B pinguia & lenta cibaria, statim ut sumpta fuerint, celeriter implent, & appetentiã euertũt. Præterea quod maius est, cõpluribus deinceps diebus ipsorum esum nõ sustinemus. Verũ mulli hepar propter uoluptatẽ à gulosis summopere expetiť. Quidam uero ne ipsum quidem per se mandere uolunt, sed garelæam, quod uocant, in uase cum pauxillo uini pręparantes, in eo uiscus ipsum tãtisper cõminuunt, quoad totum simul ex ipso & humidis pręparatis succus unus fiat simplex ad sensum ac similaris, in quo mulli carnes intinctas mandũt. At mihi profecto nequaq; tantæ suauitatis esse uidetur, neq; tantã corpori utilitatẽ adferre, ut tantopere sit cõcupiscendũ, uti nec ipsum caput: quãquam gulosi hoc quoq; laudãt, ac secũdas post iecur ferre prædicãt. Cęterũ intelligere nequeo, cur

C permulti grandissimos mullos emptitẽt, cũ nec adeo suaui sint carne, ut minores: nec ad coquendum facili, ut quæ dura admodũ est. Ob eã igitur causam, cum quendã aliquãdo interrogassem, qui ingenti pecunia pręgrandes mullos emerat, quid esset, φ illos tãtopere expeteret, respõdit se primũ propter hepar illos tanti emisse: tum aũt & propter caput. Verum hactenus de mullis hæc dixisse, huic sermoni, in quo utilitatem inquirere instituimus, satis fuerit. Porrò optimi mulli fiunt, ut alij etiã omnes pisces, tũ propter mare purũ: tum maxime propter alimenta. Nam qui cancellos uorant, & grauiter olent, & insuaues sunt ac ad coquendũ difficiles, & mali succi, Hos porrò dignosces, si prius quidem q; uescare, uentrẽ reseraris:

D inter uescendum uero ipse statim gustus ac olfactus iudicium adferet.

De piscibus saxatilibus.

SCarum, merulam, turdũ, iuliam, sucã, percam à locis, in quibus uersari comperiuntur, pisces saxatiles appellant. Non enim in læuibus, aut arenosis, aut terreis littoribus, sed in petrosis promontorijs, & ubi saxa sunt, delitescunt, ac pariũt. Inter hos autem scarus excellere suauitate creditur, secundum hunc, merulæ ac turdi: tertio loco, iuliæ, sucę, ac percæ. Porrò alimentũ, quod ex eis sumitur, non modo ad coquendum est facile, sed hominum etiam corporibus est saluberrimum, ut quod sanguinẽ medium cõsistentia generet. Medium autem uoco, qui neq; admodum tenuis est,

neq;

neq; aquosus, neq; uehementer crassus. At cum magna huius medij sit latitudo, de ipsius differentijs procedente sermone differemus.

De gobione.

GObio littoralis est piscis, ex eorũ etiam numero, qui parui perpetuo manẽt. Præstantissimus aũt ad uoluptatẽ, coctionem, simul ac distributionem, & succi bonitatem est is, qui in arenosis littoribus, aut saxosis promontorijs uiuit. Non autem æque est iucundus, neque boni succi, neque ad coquendum facilis, qui in fluminum ostijs aut stagnis maritimis uersatur. Quòd si aqua limosa quoq; fuerit, aut fluuius urbem expurget, gobio, qui in eis gignetur, erit deterrimus: ceu alij omnes pisces, qui in aquis huiuscemodi uersantur. Merito igitur in saxatilibus piscibus nullũ est inter congeneres discrimen manifestũ, ut qui perpetuo in purissimo mari degãt, aquamq; dulcissimã, & eam quæ ex eiusmodi & marina est mista, fugitent. Secũdis aũt post hos pelagicis idem accidit: neq; enim hi tantum inter se dissident, quantũ qui in utrisq; aquis uersantur: horum nanq;, qui in purissimo mari degunt, suorum congenerũ sunt præstantissimi: contra omnium sunt pessimi, qui in fluminibus urbes expurgantibus uictitant. Medij uero inter hos sunt, qui in medijs locis uersanẽ. Diximus autem hæc supra, cũ de mugile agebamus. Cæterum gobionum caro, ut carne saxatilium est durior, ita mollior q̃ mullorum. Ipsa igitur pro portione uescentium corpus nutrit.

De piscibus molli carne præditis.

PHilotimus in tertio de alimentis, de piscibus carne molli præditis, ad uerbum sic scripsit, Gobiones autem, & fucæ, iuliæ, percæ, murenæ, turdi, merulæ, lacerti, ad hæc asini, hamyæ, passeres, iecorarij, cithari, umbrę, atq; molliũ carniũ genus uniuersum, facilius q̃ alij pisces cõficiuntur. Ipsum sanè iure quis demiretur, quonã pacto scarũ prętererit, cũ is inter pisces saxatiles primas teneat, quibus omnibus caro inest, q̃ alijs piscibus, mollior ac friabilior. Quidam enim ipsorum molli quidem sunt carne, sed nullam habent friabilitatem, ut quibus succus quidã lentus ac pinguis innatet: [alij nihil lẽtoris, nec pinguedinis habẽtes] in eo quidẽ saxatilibus sunt similes, carnis tamen duritie ab eis discrepant, cuiusmodi sunt pelagici propemodum omnes, nisi siqui ipsorũ prauo alimento propriam carnem corrumpant, ut mulli, qui cancellos mandũt. Cancelli aũt parua sũt animalia flauo colore, minimis cancris similia. Saxatiles uero, nec alimenta, nec loca mutant, nec dulcibus aquis utunẽ, ob eamq; causam omnes perpetuo sunt inculpati. Quos Philotimus quidem asinos nominauit, alij aũt asellos nominãt, siquidem probo utantur alimento, & mari puro, carnis bonitate cum saxatilibus cõtendent: qui uero prauo alimento utuntur, aut in aquis mistis, & potissimũ si eæ uitiosæ fuerint, degunt, carnis quidem mollitiem non abijciunt, sed pinguitudinem ac lentorem acquirũt, propter quam neq; suaues amplius,

A ut ante, manent, sed alimentũ ex seipsis excrementitium reddunt. In omnibus porrò piscibus, id cõmuniter, ut diximus, memoria tenere oportet, pessimos gigni in eorum fluuiorum ostijs, qui latrinas expurgant, aut culinas, aut balneas, aut uestium ac linteorum sordes, aut siqua sunt alia in urbibus, per quas medias fluunt, expurganda, & potissimum, si populosa urbs fuerit. Quin & ipsius murenæ, quæ in eiusmodi aqua degit, caro deterrima inuenitur: quanquam certe neq; flumina ipsam subire inuenias, aut in stagnis gigni, pessima tamen in huiusmodi fluuiorũ ostijs, qualis est Tyberis Romam præterfluens, gignitur: eoq; in ea urbe omnium ferè marinorum pisciũ minimo emitur: quemadmodũ & qui pisces eodem in flu-

B mine nascuntur, quos nonnulli Tyberinos appellant, tanq; speciem habeant propriã, nulli marinorum similem. q autem mistione eorũ, quę ex urbe in fluuium influũt, fiant deterrimi, ex eo intelligere poteris, quòd meliores sunt, qui in eodẽ fluuio nascũtur, prius q̃ is ad urbem perueniat. Quin & alius quidam est fluuius in Tyberim trecentis & quinquaginta stadijs ab urbe prorumpens, quem Nar appellant, qui pisces habet longe Tyberinis præstãtiores. Nam & ab ipsis statim fontibus magnus oritur, & purus perpetuo decliui rapidoq; fluxu in ipsum usque Tyberim profluit: nusquam prorsus ne tantillũ quidẽ restagnans. Porrò q pro pter cõsuetudinẽ uernaculos pisces experiẽtia habẽt exploratos, ijs memoratis paulò ante indicijs

C ad ipsos dignoscendos nihil opus fuerit. Quibus uero eorũ usus est insolitus, siue ex alia ciuitate eò migrarint, siue sint incolę, hæc oĩa statim initio expendant, prius q̃ à propria experiẽtia ad cognitionem naturę singulorũ piscium adducanẽ. Non igitur oportebat Philotimũ simpliciter de omnibus tenera carne præditis piscibus simul tractare, neq; saxatiles alijs indiscriminatim permiscere. Hi nanque semper sunt optimi: quod asellis minime contigit, nec murenis, ut ne gobionibus quidem. Etenim quidam ex his in fluuijs & stagnis: alij autem in mari nascuntur: alij in stagnis maritimis, quæ uocant, aut omnino in aquis permistis, ubi magni fluuij ostiũ mari cõmittitur. Plurimũ certe particulatim inter se dissident, ut mugilis &

D murena. Aselli uero his quidẽ minus: uerũtamen hi quoq; inter se nõ mediocriter discrepant. Cæterum gobiones non perinde mollem, ac isti & saxatiles pisces, carnẽ habent, ueluti nec umbræ, quæ σκινίδες aut σκιαῖναι duplici nomine appellantur. Quod uero ad citharos attinet, Philotimũ uehementer miror: quibus cum rhombus sit adsimilis, carnem tamen habet ipsis molliorẽ, cum interim asellis longe sit inferior. Et hos igitur, & alios, quos uocant iecorarios, atque alios, quos Philotimus saxatilibus & asellis permiscuit, scito in medio esse piscium duræ carnis ac mollis. Nam non dum duræ quidem carnis sunt, & ab ijs, qui exacte sunt molles, relinquuntur: quibus & soleam Philotimus non annumerauit: ut nec saxatilibus

scarum

scarum: nisi sanè passeris nomine soleã intelligat. Similes enim quodammodo inter se sunt passer & solea: nõ tamen omnino eiusdem sunt speciei: Solea enim mollior est, & cibo suauior, ac in totũ prę stantior quàm passer. Quin & lacerti medij quodammodo sunt inter pisces carnis mollis ac durę: nullus tamen memoratorum piscium aceto, aut sinapi, aut origano indiget, ueluti pingues, lenti ac duri. Quidã etiam frixis ijs in sartagine uescuntur: alij assant, aut in patinis condiunt, ut rhombos & citharos. Verum hi coquorum in patinis apparatus, cruditatis in totum sunt causæ. ad coquendum aũt sunt præstantissimi, qui ex albo iure fiũt, quod ad hunc modum fit, Copiosam aquam primum inijce, deinde olei quod satis sit, adfundito, cum pauco anethi & porri: deinde cum pisces semicocti fuerint, salis tantum inspergito, quoad totum ius salsum nondum appareat. Hæc præparatio uel ægrotis ipsis est accõmoda: quibus uero inculpata est sanitas, ijs pisciũ in sartagine frixorũ: secundo loco super craticula assorum, præparatio est accõmoda, uerũ hęc sanè oleum garumq; cum pauco uino exposcit: frixis uero plus uini gariq; addere conuenit, minus olei. Quòd si quibus id stomachum subuertat, paratũ habeant acetũ, modicum in se gari piperisq; cõtinens. Qui enim ad id condimentũ transeunt, melius concoquunt, & deiectio nihil eis deterius procedit: cuius potissimum gratia ex uino & garo quidam frixos pisces mandunt, plerisq; piper immittentibus: paucis, oleum. Nonnulli autẽ ex memoratis piscibus, cum frixi fuerint pauco sale inspersi, in cibo simul sunt suauissimi, preterea ad coquendum fiunt meliores ac stomacho utiliores, q̃ si alio quouis modo essent apparati. Omnium aũt memoratorũ piscium alimentum hominibus ociosis, senibus, imbecillibus, & ægrotis est accõmodatissimum: qui uero corpus exercent, cibos postulant firmiores: de quibus supra disseruimus. Diximus autem sæpenumero molles & friabiles cibos ad sanitatem maxime conferre: q; ij omnium optimi sint succi. Nihil enim est, quod ad firmam ualetudinem tutandam adeo conferat, quàm succus bonus.

De piscibus duræ carnis.

DE his quoq; in secundo de alimentis Philotimus ad uerbum sic scripsit: Dracones, cuculi, musteli, scorpij, pagri: ad hæc trachuri, & mulli: ac rursum cernuæ, glauci, scari, canes, congri, hamiæ, libellæ, omnesq; duræ carnis pisces, ægre cõficiũtur, succosq; crassos, & salsos in corpus distribuunt. hęc quidẽ Philotimi sunt uerba: nos uero singula eius dicta, ab ipso initio expendamus. Dracones quidem ac cuculi, omnibus ijs qui ipsis uescuntur, durã habere carnem, manifeste apparent: Mustelorũ uero non una est species. Nam qui piscis apud Romanos in maximo est pretio, quem galexiã appellant, ex genere est mustelorũ: qui ne in Gręco quidem mari usquam nasci uidetur: quę causa est cur Philotimus ipsum ignorasse uidetur: id tamen nomen in exemplaribus dupliciter scri-

A ptum inuenitur, in quibusdam enim γαλεοὶ, per tres syllabas: in alijs γαλεώνυμοι, per quinq;. Et liquet sanè celebrem illum apud Romanos galexiã in eorum numero, qui molli carne constant, esse habendum: reliqui uero musteli dura magis carne sunt præditi. Deinceps autẽ Philotimus scorpium, trachurũ, mullum, cernuã, glaucum, inter duræ carnis pisces recte connumerat: in eo autem peccat, quòd scarum (qui piscis est saxatilis) illis accenset: post hæc autem canem adscribit, quem in cetaceorum genere numerare oportebat, ut qui carnem duram habeat, atq; excrementitiam. Quatuor ipso in partes secto, ac salito uulgares homines uescuntur. Ingrati enim est saporis, ac muccosus. Ideoq; cum sinapi & oxelæo, atq; id genus a-

B cribus cõdimentis eum mandunt. Ex hoc item genere sunt balenæ, & delphini, & phocæ. Ad quos proxime magni thunni accedunt: quanq; non æque ac predicti, in cibo sunt iucundi: insuaues eñi sunt hi, & presertim recentes: nam salsi euadũt meliores: Thunnorũ autem caro, qui & ætate & corporis mole sunt minores, non perinde dura est, eoq; hi facilius quoq; concoquuntur, & ijs adhuc magis pelamides, quæ sale conditæ, laudatissimis salsamentis nõ cedunt. Plurimæ hæ ex Ponto aduehuntur, ijs duntaxat, quæ ex Sardinia atq; Iberia importanẽ, inferiores. Hoc nanq; salsamẽtum iure in summo pretio habetur, tum propter uoluptatem, tum propter carnis mollitiẽ. Vocatur aũt passim usitato nomine salsamentum Sardicum.

C Post sardas autem ac pelamides, myli qui ex Ponto adferuntur, præcipue commendantur. Post ipsos sunt graculi. Hæc itaq;, uelut obiter de salitis piscibus sint dicta. Libellarũ porrò haud perperàm Philotimus inter pisces durę carnis meminit, uerum unà etiã earum insuauitatis mentionẽ facere oportebat, ceu aliorũ quoq;, quos omnino prætermisit. Congrũ uero, pagrum, hamiã, & aquilã recte duram carnem habentibus annumerauit. Suntq; alij quidam pisces, ut ipse inquit, duræ carnis, quorum nomina suppressit, q; eis homines raro utantur. Quare satius est nos quoq; omissis nominibus, ipsorũ facultates ingrere. Haud ergo male censuit Philotimus durę carnis pisces ęgrius, q̃ mollis confici. Siquidẽ tum cõcoctio, quę in uen-

D triculo fit, tum in singulis corporis partibus alendis assimilatio, in mollioribus quidem, facilius: in durioribus uero, ęgrius fit. Illa nanq; fiũt, cum hęc alteranẽ. Porrò quę molliora sunt, ea facilius alterantur, q; facilius etiã patianẽ: eorum aũt, quę alterantur, affectio est alteratio. Proinde recte dixit pisces durę carnis ægre cõfici: recte etiã crassum succum gignere. Durior nanq; cibus crassiorẽ habet substantiam: ut mollior tenuiorem. An uero salsum quoque succum dura cibaria procreent, deinceps erit considerandum. Philotimus nanque, ut & eius præceptor Praxagoras, salsum succum ex ijs quæ supra modum coquuntur, generari tradit. Mihi uero non simpliciter, sed cum limitatione id pronunciandum uidetur. Quoniã uero sermo

hic ad om̄ia dura cibaria cõmuniter pertinet, proprio illum capite seorsum deinceps discutiemus.

An dura omnia per decoctionem salsos succos gignant.

NOn solum in piscibus duræ carnis, sed in alijs etiã omnibus duris cibis, Praxagoras & Philotimus salsum humorẽ ex diuturniori decoctione gigni arbitrant. Quem nõ salsum modo, sed etiã nitrosum appellãt. Equidem cõperio plurimorum, aut si uis etiã omnium decoctum, quandiu coquitur, salsius semper euadere: post aũt (ut & ipsi uolunt) amarũ. Nam corpus ipsum solidũ, quod in aqua elixatur, qualitates, quæ initio sibi inerant, in ea deponit ita: ut tandem ἄποιον, quod uocant, & aquosum euadat, neq; quicq̃ salsedinis aut amaritudinis, aut acrimoniæ, aut adstrictiõis habeat. Clarius aũt hisce rei ueritatẽ intelliges, si quando quod elixas, in aliam aquam trãsfusum, rursus elixaris. Inuenies nanq; id, quod decoquitur, propriam amisisse qualitatem, aquam autem eam in se recepisse. Quamobrẽ lupini, qui ex cerealibus sunt cibis, aquam amarã efficiunt: q; & ipsi qualitatem amaram habeant congenitam. Sic & eruum, & absinthium, abrotonum, polium, & alia omnia amara: at solidũ corpus, quod decoquitur, minus amarũ apparet. Quod si in aliã aquam transfundens, rursus (ut paulo ante dixi) decoxeris, magis etiam q̃ ante amarorem abiecisse deprehendes. Quòd si tertio, aut quarto in aliã aquam transfuderis, magis adhuc id accidet q̃ prius, adeo ut tandem omni prorsus amaritudine sit cariturum. Ad eundem modum, quæ acria sunt, ut allium, cæpa, porrum, aquam, in qua elixa fuerint, manifeste acrẽ efficiunt: suum aũt proprium corpus minus acre habent. Quòd si subinde in aliam aquam transmutaris, omnẽ prorsus acrimoniam deponet. Quinetiam mala acerba, mespila, & pira syluestria, quanto magis coquas, tanto dulciora ipsa efficias, ipsum uero decoctum, acerbum efficitur. Si uero succos ipsos solos per se coxeris, primum quidem salsiores: postea aũt amari etiam fient. Quamobrẽ, quod ad succos attinet, Praxagoram ac Philotimũ recte sensisse (ut diximus) est concedendũ: de solidis uero corporibus res aliter habent, ac censuerunt. Nam si, ut paulo ante diximus, ex prima aqua in secundam ipsa transferas, & post illam rursus in tertiã, aut etiam quartam: comperies ea prorsus priorẽ succum deposuisse, adeo ut degustantibus aquea insipidaq; appareãt. Quòd si aquam non mutes, primo quidem decoctum necessario salsius apparebit, postea uero amarum. Verum ius ipsum in primis Praxagoram fefellisse uidet, quod per elixationem salsius redditur: non intelligentem, quòd sale aut garo statim initio conditura in aquam iniecto, necessario procedente coctione succus salsior, quàm ante efficitur. Quemadmodum etiam si nulla alia re immissa puræ ac dulcissimæ aquæ salis minimũ permisceas. Nam ea quoque feruefacta, salsior redditur: nec mirum, cum ipsa aqua optima diutius de-

A cocta, salsam qualitatem tandem assumat.

De animalibus, quibus testa pro cute est.

CVm id, quod totũ corpus ceu uestimentum quoddam cuiq; natiuum ambit, cutis appelletur, eiq; buccinarum, purpurarũ, ostreorum, hiatularũ, & aliorum id genus, tegumentum proportione respondeat: idcirco hæc animalia ostracoderma appellant. Tegumentũ enim, quod extrinsecus ipsis est circundatum, testę, aut lapidi palàm est simile. Omnibus porrò eiusmodi est cõmune, ut salsum in carne succum contineant, qui aluum subducit, quod seorsum unicuiq; magis minus'ue inest, pro qualitatis ac quantitatis ratiõe. Siquidẽ ostrea inter alia testacea carnem habent mollissi-
B mam: paruæ aũt hiatulæ, uertebrę, ungues, purpuræ, buccinæ, omniaq; huiusmodi, duram. Nõ absre igitur ostrea quidem aluũ ualentius subducũt: corpus aũt imbecillius nutriunt: duriora uero difficilius quidem concoquuntur, sed firmioris sunt nutrimenti. Verũ hæc quidem omnia elixantur: ostrea uero citra elixationẽ mandunt: quidam aũt etiam in sartagine frigunt. Quemadmodũ autem ex testaceis animalibus, [quę dura sunt] carnẽ ad coquendũ, ita etiã ad corrumpendũ habent difficilem: ob eamq; causam ea sæpe ijs exhibemus, quibus cibi in uentriculo ob prauos succos corrumpuntur, siue ex iecore in eum confluãt, siue ex ipsius tunicis contineantur: habent autem omnia, ut diximus, succum salsum uentri deijciendo idone-
C um: sed minus quæ dura carne sunt, quàm ostrea. Proinde cibum corrumpentibus ea exhibemus, bis ter'ue in optima aqua elixantes: & cum prior salsa iam apparuerit, in aliam puram transferẽtes. Gignitur autem ex ipsis succus crudus, quem uocãt, plurimus: ut ex ijs quę molli sunt carne, pituita. Quemadmodũ igitur (cum succũ salsum exuerint) caro ipsorũ corruptu est difficilis, & aluum sistit, ita si quis ipsos sale, aut garo condierit (quo modo hiatulas solent) succum ex ipsis genitum ebiberit, uenter quidem ei abunde deijcitur, corpus tamen nihil ex eo sumet alimenti.

De crustatis.

ASTaci, paguri, cancri, locustæ, carides, gammari, ac id genus alia, tenui testa cõcluduntur, duritieq; testaceis sunt similia: sed minus q̃ il-
D la salsi humoris continent: quanq; eum habent satis multum. Dura in totum carne constãt: ideoq; & ad coquendum sunt difficilia, & firmi alimenti, cum scilicet in aqua potulenta præcocta fuerint. horum quoq; caro, ut ostreorum, cum præcocta, ut dictum est, succum salsum in aqua deposuerit, aluum sistit. Aegre etiã corrumpuntur, non secus ac testacea, quæ duram habent carnem.

De mollibus.

MOllia uocantur, quæ neq; squamas, neque asperam cutim, aut testaceam habent, sed mollem, instar humanæ: cuius generis sunt, polypi, sepiæ, lolligines, & alia quæ his sũt similia. Hęc certe quoniam neq; squameum, neq; asperum, neque testaceum tegmen gerunt, mollia tangenti

apparent

apparent: duræ tamen ſunt carnis, & ad coquendum difficilia, exiguumq́ in ſe ſuccũ ſalſum continentia. Si tamen concoquantur, alimentum non paucum corpori exhibebunt. Cæterum hæc quoque ſucci crudi plurimum gignunt.

De chartilagineis.

HOrum animalium cutis eſt aſpera, ac noctu ſplendicans, ideoq́ nonnulli ἀπὸ τοῦ σέλας ἔχειν, hoc eſt, quia ſplendorem habeant, σελάχια ipſa aiunt fuiſſe nominata. Inter ipſa aũt torpedo & paſtinaca, carnem habent mollem, ac iucundã, ceu & mediociter per uentrẽ ſubeuntem, nec concoctu difficilem. Nutriunt item mediocriter, ceu alia quoque omnia, quæ carne molli ſunt prędita. Cũctis porrò id eſt cõmune, ut quę partes ad caudam ſunt, medijs partibus ſint corpulentiores: id quod in torpedinibus præcipue ineſt. Nam horũ animalium partes mediæ uidentur in ſeipſis habere uelut chartilaginẽ quandam tabidam. Raia autem, leuiraia, ſquatina, omniaq́ huiuſmodi, duriora ſunt, & concoctu difficiliora, alimentiq́ copioſioris, quàm torpedo & paſtinaca.

De cetaceis animalibus.

DIximus quidem iam ante de cetaceis animalibus, quæ marina ſunt: in quo numero ſunt phocæ, balenæ, delphini, & libellæ, ac grandiores thunni: & præter illa canes, quęq́ his ſunt ſimilia: nunc autem de ipſis quoq́ in ſumma dicendum, quòd omnia eiuſmodi, duram, & praui ſucci, atq́ excrementitiam habent carnem. Quapropter ſale prius condientes, ipſis ut plurimum utuntur, alimẽtum, quod ex ipſis in corpus diſtribuitur, ea ſalitura tenuius efficiẽtes, eoq́ coctioni, & ſanguini faciendo accommodatius. Nam recens horum caro, ni ualde probe concoquatur, crudorum ſuccorum copiam magnam in uenis congerit.

De echinis marinis.

EX mulſo eduntur hi & garo alui ſubducendæ gratia. Parantq́ in patinis, ouis, pipere, melleq́ iniectis. Imbecillis ſunt alimẽti, ac medij inter ea, quæ humores extenuant ac denſant.

De melle.

OMnis alimentorũ materia hactenus duobus generibus eſt cõprehenſa, quorum alterum quidem ipſorũ à plãtis: alterũ uero ab animalibus ſumebatur: ab utroq́ uero ipſorũ mel eſt ſecretũ. Oritur enim in plantarũ folijs: eſt aũt neq́ ſuccus earũ, neq́ fructus, neq́ pars, ſed eiuſdem cum rore generis: non tamen aſſidue, nec copioſe, ut ille, prouenit. Memini aliquando, cum æſtate ſuper arborum, ac fruticũ, herbarumq́ folia, mel quãplurimum fuiſſet repertũ, agricolas uelut ludentes cecinisse, Iuppiter melle pluit. Præceſſerat aũt nox, ut per æſtatem, bene frigida (nam tum tempus anni æſtiuum erat) pridieq́ calida & ſicca fuerat aeris temperies. Peritis quidẽ naturæ interpretibus uidebat, halitus è terra & aquis à ſolis calore ſublatos: ac deinde exacte tenuatos ac coctos, à frigore ſecutæ noctis concretos coaluiſſe: apud nos uero raro id accidit: in monte aũt Libano quotãnis per

A ſæpe. Itaq́ coria ſuper terrã extendentes, & arbores excutientes, quod ab eis defluit, excipiunt, & ollas ac fictilia melle implent: uocantq́ id mel roſcidum & aeriũ. Proinde conſtat materiã, ex qua mel generatur, rori eſſe congenerẽ: uidetur aũt & ex plantis, in quarũ folijs colligitur, boni malíue quidpiã ipſi accedere. Ideoq́ laudatiſſimũ in locis mel gignitur, in quibus thymus, & aliæ quædam herbæ ac frutices temperamento calidæ & ſiccæ, affatim proueniunt: tenuiorũ enim eſt partium id mel, quod in huiuſmodi plantis generatur: ideoq́ in calidis corporibus prõpte in bilem uertitur: frigidis uero, ſiue per ætatẽ, ſiue morbum, ſiue natura talia fuerint, eſt accõmodatiſſimũ: ob id in ſan-

B guinem mutatũ, nutrire ipſa poteſt: in calidis uero prius in bilem q̃ in ſanguinẽ mutatur. Cum aũt tenuium ſit partiũ, acrimoniæ quiddã habeat eſt neceſſe, qua aluum ad excretionẽ proritet, quam certe adimentes, ipſum efficimus ad diſtributionẽ & coctionẽ accõmodatius: cõmodiſſime aũt ipſam adimemus, ſi primum multũ illi aquæ admiſcuerimus, ac deinde tãtiſper coxerimus, quoad ſpumare deſinat: oportet aũt ſpumã ſtatim ut emerſerit, continenter ab ipſo tollere. Cum enim hac parandi ratione acrimoniã depoſuerit, neq́ amplius aluum ad excretionẽ irritet, haud cunctanter in corpus diſtribuetur. Melicratũ uero, quod pauliſper, aut nihil omino coctum fuerit, prius deijcitur, q̃ concoqui, & in corpus diſtribui, & nutrire poſſit.

C Præterea in eo differũt, ꝙ mel non plenè coctum, in uentriculo atq́ inteſtinis flatus quoſdã gignat: contrà quod in decoctione ſpumam omnem abiecerit, flatus eſt expers, & urinam mouet. Quòd ſi quis citra aquæ admiſtionẽ, mel ſolũ delingat, nutriet quidem infirmius, ſed aluum promptius deijciet. Largius uero ſumptũ, uentrem ſuperiorẽ ad uomitum ſolet concitare. Elixum autẽ ſine aqua, neq́ uomitũ ſimiliter mouet, neq́ aluũ ſubducit: uerum diſtribuitur, et nutrit magis: urinam aũt minus eo, quod cum aqua eſt elixum, ciet: quanquã ne tum quidẽ cum nutrit, alimenti multũ corpori exhibet, adeo ut non defuerint, quibus nihil prorſus alere uideretur: qui abunde cõfutantur in tertio de uictus ratione in morbis acutis, qui Hippo-

D cratis eſt liber, à nõnullis quidem contra Cnidias ſententias inſcriptus, ab alijs de ptiſana: utriſq́ in hoc delinquentibus: uti in cõmentarijs in eum librum ſcriptis oſtendimus: in preſentia uero ſatius erat ea de melle dixiſſe, quæ diximus, quorũ ſumma eſt. Senibus quidẽ ac in uniuerſum frigidi tẽperamenti corporibus, mel eſſe accõmodum: ætate aũt florentibus & calidis, in bilem uerti. Præterea nobis exiguum alimentũ ex ipſo accedere, niſi uerti in bilem occupet: ꝙ ſi ei id accidat, tunc nihil prorſus nutrire poſſe. Clarum autẽ eſt, ꝙ pallidam, & flauam bilem ex eo gigni dicimus, non atram. Diximus enim iam ſæpenumero, medicos ſolere bilem eiuſmodi ſimpliciter, citra coloris adiectionem nominare: reliquas uero biles omnes, cum coloris ſui nomine explicare: alias aũt omes,

porracea excepta, cum corpus grauiter ægrotat, A excerni uidemus. Flaua uero, & pallida, & porracea etiam sine morbis, euomuntur sæpenumero, ac deijciuntur.

De uino.

Vinum quidem ex eorū esse numero, quæ nostrum corpus alunt, omnes fatetur. Nam si modo quicquid alit, cibus est, uinum etiam in genere ciborum est ponendū. Quidam tamen medici negāt id cibum esse appellandū, quod potus in sermone quotidiano, cibo sit oppositus, qui potio etiam appellaт, ut cibus, esca, & eduliū. Ob eamq; causam uinum nolunt uocare alimentum: quanq; alere ipsum non diffiteantur: quod uinum in præsentia requirimus. Quòd si alias quasdā materias alere quidem concederent, alimenta tamen nominare uetarēt, [omnium earum doctrinā in unum B uolumen cōferremus. Cum autem solum uinum nolunt appellare alimentum,] tametsi ipsum nutriat, ꝑmittant nobis tractatui de alimētis breuem de uino sermonē adiūgere. Quas enim uires Hippocrates in libro De uictus ratione in morbis acutis enumerat, non ut alimēti sunt, sed magis ut medicamenti. Illas quidē & in tertio cōmentariorum in illum librum, et in methodo medendi, ac sanitatis tuendæ libris exposuimus: in præsentia uero ipsius differētias in alendo, sumus tradituri, sumpto hinc initio. Vinorum omniū rubra simul & crassa, sanguini generando sunt accōmodatissima, ut quæ minima egeant mutatione, ut sanguis fiant. Post ipsa sunt nigra crassaq; & dulcia, tum quę colore quidem rubra sunt, & nigra: consistentia aūt, C crassa, unà cum adstringendi qualitate. His autem minus sua natura alunt, q̄ alba sunt simul ac crassa & acerba: omniū autem minimū nutriunt, quæ colore quidem sunt alba: consistentia aūt, tenuia, & aquis hydromeliti faciendo appositis quodam modo similia. Quòd uero uina crassa magis q̄ tenuia alant, declarat ipsorū natura, pręterea expientia id ipsum cōprobat. Dulcia uero conficiūtur in uentriculo, ac distribuūtur facilius, q̄ austera, ut q̄ facultate sunt calidiora. Quæ autem admodū sunt crassa, tardius quidem perficiuntur, ac distribuuntur: si tamen in uentriculum adeo robustum incidant, ut cōfici rectè ab eo possint, alimentū copiosius corpori exhibebūt. Constat pręterea, ꝙ quem admodum hæc corpori alendo tenuioribus sunt D præstantiora, ita ad urinā ciendam sunt deteriora.

De cibis sale conditis.

De cibis sale cōditis, & medijs, ad finem operis scribere distulimus: ne hæc igitur desiderentur, tempestiuum iam fuerit utrorūq; uires explicare. Animaliū corpora, quorum carnes duræ simul sunt ac excrementitiæ, ad saliendum sunt accommoda: uoco autem excremētitias (ut superiori sermone) quę per totas sese diffusum habent humorem pituitosiorem: qui quāto copiosior fuerit ac crassior, tāto caro si saliaт, melior euadet. Quæ uero aut admodū mollem, aut ualde siccum, & minime excrementosum habent corporis habitum, ad saliendum sunt inepta. Salis nanq; facultas (ut in opere de simplicibus medicamētis, demonstrauimus) est composita: nam corporum, quibus admouetur, humores superfluos tenuat ac digerit, et præterea corpora ipsa cogit in sese ac condensat, cum nitri spuma ac laxū aphronitrū tenuare quidem & discutere possint, cogere uero & condensare non possint. Corpora igitur, quæ natura sunt sicca, salis conspersu exarefacta, cibo fiunt inepta: quidam autem leporem salire aggressus, mustellis exiccatis similem reddidit. Suum uero obesorum ac ætate florentium carnes, ad saliendū sunt appositæ, ut quæ utriusq; excessus sint expertes, annosorum uidelicet siccitatis, & nouellorū porcellorum immodicę humiditatis. Quemadmodū enim corpora sicca, salita, corijs euadunt similia: sic contra quę immodica humiditate diffluunt, salis commercio contabescunt. Ob eam causam nec pisces mollis carnis, & excrementis uacui, ut quos saxatiles uocant, & aselli, qui in puro mari degunt, ad saliendum sunt accōmodi. Graculi uero, & pelamides, & myli, sardæ, & sardenæ, quæq; saxatina uocant, & salsamenta, ad saliendum sunt appositi: præterea ex marinis belluis cetacea, salita, euadūt meliora: habent enim & ipsa carnem excrementosam. Mulli uero, ꝙ dura eorū caro sit, & ab excrementis pura, non sunt ad saliendum accommodi. Ex his autem perspicuū est, ea ad coquendum esse difficillima, quæ sale condita, dura euadunt ac neruosa, & ueluti cutacea ac coriacea. Quæ uero contra habent, tenuia quidem ipsa redduntur: mansa autē, humores crassos ac glutinosos tenuant. Præstantissima autem omnium, quę mihi experientia cognoscere licuit, sunt, quæ à ueterib. medicis sardica salsamenta nuncupanт, hodie sardas uocant: & myli, qui ex Ponto aduehuntur. Secundum autem post illa locum habent graculi, & pelamides, & quæ saxatina appellant.

De medijs edulijs.

In singulis differentijs, quas alimentis inesse diximus, quædā sunt media. Etenim inter ea quę molli sunt carne & quæ dura, mediū quiddam reperias, quod nec molli, nec dura sit carne: similiter inter tenuantia & incrassantia: calfacientia & refrigerantia: siccantia & humectantia. Atq; animalibus naturalem temperiem inculpatā quidem seruantibus, similia suis naturis cibaria conueniunt. Iis uero, quæ prauam temperiē, aut ab initio sunt sortita, aut post acquisiuerunt: non similium sibiipsis esus, sed contrariorum est utilis. Seruatur enim similibus, quod probe secūdum naturam est temperatum: quemadmodū quod male est temperatum, à cōtrarijs ad proprium temperamentum adducitur. Itaq; singulæ animalium naturæ suum proprium medium habebūt, ut homo quidem tale, canis autem tale, atq; ita in alijs omnibus. Præterea huic homini sigillatim tale secundum hanc & illam ætatem, ad hæc etiam secūdum uitæ conditionum, atq; institutorum, & regionum, in quibus iamdiu habitant, differentias.

CL. GALENI DE CIBIS BONI ET MALI SVCCI FERDINANDO BALAMIO SICVLO INTERPRETE.

A NNONÆ caritas aſſidua, quæ non paucos ab hinc annos multas nationes Romano Impio ſubditas afflixit: ijs qui non omnino rudes imperitiq; ſunt, plane ſignificauit, quãtam uitioſi corporis ſucci (Græci cacochymian dicunt) ad gignendos morbos uim habeat. Nam qui intra urbes degebant (ſicuti moris eſt) dum ſibi æſtate pararent, quæ in proximũ annum uictui ſuffectura eſſent, uniuerſo ex agris frumento hordeoq;, fabis lẽtibusq; aſportatis, cereales reliquos fructus quos legumina & chedropa appellant, eorum etiam parte in urbes aduecta, agricolis relinquebant. Quæ cum illi per hyemem conſumpſiſſent: mali ſucci alimẽtis toto uere ueſci coacti ſunt. Teneris nãq; fruticibus, arborumq; germinibus, & extremis ramulis, tum bulbis, & mali ſucci plantarũ radicibus alebantur. Agreſtia quoque olera, & quicquid ſors illis uberius obtulerat, utpote herbas fere omnes uirentes decoctas, quas nemo unquam prius deguſtauerat, ad ſatietatem ſemper edebant. Ea propter cernere erat nonnullos ultimo uere, ſed fere omes ineunte æſtate, multimodis uarijsq; per cutim ulcerib. laborantes. Ex his nanq; alia eryſipelatode, alia erãt phlegmonode, alia ad herpetis ſimilitudinem ſerpentia, nonnulla impetiginẽ, uel ſcabiem quaſi, & lepram referre uidebãtur. Sed ex his quæ ſeſe mitiſſime per cutim extulerũt, uitioſos humores ex uiſceribus, & imis corporis partibus extraxerũt. Cumq; non nullis inſtar carbunculi, aut phlagedænæ cum febre acciderent: multos quidem longo tempore ſuſtulerũt: uixq; pauciſſimi ita affecti mortis periculum euaſerunt. Quinetiam febres permultæ abſq; cutis ulceribus fiebant, quæ alui deiectiones grauiter olentes, mordacesq;, ac poſtremo inteſtinorum tormina, aut inanẽ egerendi uoluntatẽ, (quæ tineſmos græce dicitur) afferebant. Vrinæ etiam cum acritudine & graueolentia ueſicã in nonnullis ulcerabant. In alijs quoq;, uel olido febres ſudore, uel abſceſſibus putredinem contrahentibus iudicabantur. At quibus ex his quæ ante diximus, nihil accidit, omnes uel aliquo ex extis euidenti phlegmone correpto, uel ex uehementi prauaq; febre interiere. Cum aũt morbi initio medici nonnulli perpaucis uenam incidere auderent, (neque enim abre ab eius generis remedio abſtinebant, quandoquidẽ prius ægrorum uires reſoluebant) miſſus quidẽ ſanguis, non adeo probatę bonitatis ſpectabatur, qualis ex ſalubri corpore mitti ſolet: ſed uel igneus magis, uel atrior, uel ſeroſior erat, uel acer, & eam ipſam diſſectam uenam dum flueret pungens, ut egre inde ad cicatricẽ coiret. Non nullis præterea, præcipueq; morituris ea cũ febribus acciderunt, quæ menti uel uigilijs officerent, uel ſopore, Græci cataphoran uocant. Sed nec mirum fuiſſe contrarios morbos ſymptomataq; quibus tunc illi corriperent, cũ non modo natura aut ætate inter ſe inuicẽq; differrent, ſed uictus quoq; ratione: quo uarie & cõtrarias uires habente, ſuperiore uictus inopia uſi ſunt. B His enim rebus quarum cuiq; copia erat, ueſcebant, quæ cum diſſimiles uariæq; eſſent: eas nõnulli ſumebãt, quę uel acido, uel acri, uel amaro, ſalſóue ſucco forẽt: alij quę auſtero, aut tenaci, aut adſtringẽdi, uel refrigerandi, uel egregie quidẽ humectandi uim obtinente, aut quæ ueneni participes extitiſſent. Ipſe eñ non nullos inſpexi ab eſu fungorũ protinus interijſſe: alios ab eſu cicutæ, aut ferulæ: ex hiſq; ægre ꝑpaucos mortis periculo liberatos. Cunctis ergo hominibus cõſiderate & cum ratione uiuentibus, illud erat perſpicuũ, qua ſcilicet ratione exteriores ulcerationes multifariã ſe habent, (multiplices quidẽ diuerſæq; ſunt tumorũ ſpecies: alius nanq; phlegmonodes: alius eryſipelatodes: alius præ duritie C ſcirrhodes: alius œdematodes efficit) eadẽ ratione eiuſdẽ generis affectiones nõnullis in profundis partibus quas principales dicimus fieri etiam poſſe. Sed illi duntaxat perperã ſentiunt, errantq; qui ab Hippocratis doctrina quæ de humorib. habetur, diſcrepãt. Audent enim cuilibet rei potius ꝙ ipſis humoribus cauſas aſſignare. Veruntamen horũ nonnulli mihi clãm retulerunt, ſe quidẽ aperti ſſime agnoſcere, ꝙ contentioſe & altercandi ſtudio Hippocrati aduerſant, cenſentq; humores ad ſecundã uel aduerſam ualetudinẽ neq; boni neq; mali quicquã afferre. Sed eos pudet ętate iam confectos, quinquaginta poſt annos, in Hippocratis ſententiã deſcendere, eamq; approbare & ſequi. Nanq; hoc pacto (ut aiunt) nõ ijs tantũ qui ab illis eruditi inſtructiq; ſunt: ſed ijs quoq; qui illorũ D conſuetudine operaq; uſi ſunt, obfuiſſe uiderent. Adde ꝙ à pleriſq; ceu uera dogmata profeſſi, honore afficiunt: quæ ſi prauitatis plena, & nõ recta eſſe faterent, longe alijs imperitiores haberentur, nemoq; in poſterũ, ut antea, illorũ operã ſtudiũq; requireret. his ergo, ut ratio poſtulat, ignoſcẽdum à nobis eſt: neq; horum propoſitũ damnãdum, ſed unà ipſi etiã infelicitatẽ eiuſmodi doleamus, cum prius ꝙ de ijs quæ didiciſſent ferre iudicium poſſint, in peſſimos præceptores inciderint: uerum illi odio digni, qui primũ honoris & gloriæ cupiditate impulſi ſectas dogmatũ inſtituerunt. neq; eñ inuiti errant, ſed ſponte hominibus imponere ſtudent, qui cum illis familiarius uerſanẽ: cum nemo eò dementiæ deuenerit, ut neſciat quã malũ ſit humores corporis in uenenoſas qualitates conuerti.

Nanq; illi quorũ causa hęc scribimus, difficile, uel **A**
omnino fieri non posse arbitrantur, ut haustu leta
lium uenenorũ pereũtes, secerni dignosciq; ab ijs
possint, qui ab aliqua corporis affectione periere.
Neq; enim (quòd planè perspicimus) inficias ie-
rit quispiã, ob humorẽ scilicet quem uenenata ani
mantia in ictam particulam infligunt, uel illam ce
leriter uita priuari, uel in putredinẽ labi, uel dolo-
ribus uehemẽtissimis, aut phlegmone urgeri, nec
nõ scorpionẽ ieiuni hominis sputo bis terue asper
sum protinus interire. Nam sicuti naturæ quædã
cum alijs quoq; naturis cõueniunt, sic altera quo-
que alteri aduersatur, eamq; corrumpit. Ab ijs er-
go alimur quę naturæ nostrę accõmoda sunt: quę
illi aduersant, nos quidem ad perniciẽ ducũt. Sed **B**
de his copiosius in libris de naturalibus facultati-
bus, deq; simplicibus medicamentis diximus. cæ-
terum ad præsentis operis cognitionem, ea tãtum
referre sit satis quæ ipse sterilitate annonę obserua
ui. Quòd si mihi fidẽ adhibere uolueris, nulla qui
dem causa ad mentiendũ impulso, sed ægre admo
dum ferenti, ꝙ pleriq; falsissima scribant, quæ lon
go sunt experimento ad hunc usq; uitæ diem à me
cognita, deos quoq; ad hæc testes implorãs, recen
sebo. Pater meus geometriæ, architectoniæ, astro-
nomiæ, arithmeticæ, logistices studijs plurimũ ua
luit: maximeq;, omnibus quibus erat notus, ob ip-
sius iustitiã, modestiam, bonitatẽ ut quiuis ex phi
losophis, admirationi fuit. Is cum puer ipse adhuc
essem, eam mihi uictus rationem instituit, ut nullis **C**
per id tempus obnoxius morbis uixerim. Vbi ue-
ro adolescentiam sum ingressus, ille in agrum, rei
rusticæ studiosus concessit, ego uero doctrinæ stu
dijs ardẽtius quàm cæteri cõdiscipuli die noctuq;
operam dabam. Sed cum per totum id tempus,
quod oporan uocant, horæis, hoc est temporarijs
uel fugacibus fructibus unà cum æqualibus meis
uberius usus essem, adueniente autumno, acuto
morbo correptus sum, uenãq; incidere opus fuit.
Cumq; ergo in urbem Pater reuerteretur, ad me
obiurgandũ se conuertit, eiusq; generis uictus ad
monuit, quo eodem suadente, usus antea fueram,
utq; ab illo in posterum minime discederem, uita-
remq; sodalium incontinentiũ cõsuetudinem præ
cepit: Tum sequenti etiã anno operã curamq; ad- **D**
hibuit ut sobrie uiuerẽ, atq; horæos fructus cum
moderatione gustarẽ. Atq; ita in eo anno qui erat
ætatis meæ duodeuicesimus, incolumis uixi. Sed
cum altero deinde anno Pater excessisset è uita,
ipseq; unà cum eiusdem ætatis amicis oporæ fru-
ctus ad satietatẽ sumerem, in ægritudinẽ superio-
ri consimilẽ incidi, ut tũc quoq; sanguinis missio-
ne opus esset. Deinde uero uel singulis annis, uel
alternis nonnunq;, ad octauũ usq; & uicesimũ an
num morbo aliquo laborabã. Cumq; tunc tempo
ris periculũ esset, ne ea pars mihi, qua iecur septo
trãsuerso annexũ est, abscessu corriperetur, ab esu
horęorũ omnium mihi penitus abstinendũ propo
sui, exceptis ficubus uuisq; omnino maturis, quas
neq; intemperanter ut antea, sed cum moderatio-

A ne sumebam. Quam sanè uictus rationẽ, cum qui
dam ex sodalib. natu me duobus annis maior cõ-
probaret. curam ambo adhibuimus, ut exercere-
mur, cruditatesq; omnino uitaremus, ob idq; ad
hanc usq; diem multos iam annos incolumes ui-
ximus. Reliqui uero ex amicis, qui me hortante
exercitatione usi sunt, moderateq; cibum sumpse-
runt, recte omnes semper ualent, sed alij quidem à
quinto iam & uicesimo, alij ab aliquanto paucio-
ribus annis, ut cuiq; scilicet persuasum est, horęos
fructus, cibósque alios mali succi uitari oportere.
De qbus in hoc opere à nobis agendũ est. Siquis
ergo poterit ante cibũ exerceri, haud sanè exquisi
tis admodũ cibis utatur. Cui uero negocia & oc-
B cupationes impedimẽto sunt, non modo huic pro
bato innoxioq; uictu, sed salubribus quoq; medi-
camentis opus est. Pleriq; enim in eo uitæ genere
constituti sunt, ut cum neq; ante cibũ probe exer
ceri, atq; aptis temporibus cibum sumere, neq; effi
cere idoneã concoctionẽ ualeant, quin morbo ali
quo afficiantur, fieri nõ possit, nisi per quædã tem
porum interualla alui deiectiones præparẽt. Egẽt
quoq; interdũ ualidiori uacuatione, opportunaq;
sanguinis missione. Quædã præterea salubria me
dicamina accõmodatis temporibus sumẽda sunt.
His ergo in primis hãc uictus rationẽ, ex qua pro-
batissimus sanguis gigni possit, describimus, qui
quiete uitã agunt, neq; ad fores potentissimorũ ci
uium ante lucem accedere, aut necessarijs occupa
C tionib. adstricti, ubi nimiũ sudarint inalgere, iteq;
nonnullis dum lauantur assistere, eosdemq; domũ
reuertẽtes deducere, atq; etiam celerrime, ubi ipsi
lauacris usi sunt, ad cœnam sese recipere cogunt.
Post hæc enitendũ à nobis est, ut quædã his etiam
pręcepta tradantur, qui inquietã, ac negocijs dedi
tam uitã agũt. Qua in re meminisse opus est, quæ
tribus cõmentarijs de alimentorum facultate scri-
psimus. Cibi itaq; probati succi sunt, ex frumenta
ceorum genere, Panes mundissimi, probeq; con-
fecti, adhibita prius maceratione, debitaq; fermen
tatione, addito etiam sale, & in clibano decocti,
mox furnacei. Alica uero, sicuti & Suilla caro, si
exacte in uentriculo concoquant, tum in sangui-
nem à iocinore conuertant, probatissimos humo
D res gignunt, sed glutinosi aliquid in se habent, ob
idq; in ijs iecur obstruunt, & renes, quibus hæc à
natura adstrictos meatus habent. Horum quoque
usus uberior in supradictis particulis, uel grauita-
tem, uel dolorẽ nõnunq; facit. Adde ꝙ iocinoris
obstructiones concoctũ cibum in diuersas corpo-
ris partes reddi prohibent (id anadosin Græci uo
cant.) Quin etiam in uenis quæ per cauas ipsius
partes, uel per mesaræon sitæ sunt, redundans hu
mor periculũ affert, ne uel putredinẽ cõtrahat, uel
eæ ipsæ particulæ in quibus congeritur, phlegmo
ne lædãtur. Necesse est enim crudos crassosq; hu-
mores, uel cõcoqui uertiq; in sanguinẽ, uel in pu-
tredinem labi, nõ secus ac quæ calidis in locis diu
tius manserint. Quamobrẽ inuenta à medicis me
dicamenta sunt quæ salubria appellantur, tenuan

di sci-

scilicet uim habentia. Ea nanque adstrictos meatus obstructionibus liberant, ac si quid lenti humoris infixum uasis hæresque fuerit, abstergunt, crassasque humiditates attenuant ac dissecant. Quod si ijs quispiam uberius utatur, ea uel serosum, uel biliosum, uel melancholicū procedente tēpore efficiunt sanguinem. Nanque eius generis medicamenta ut prope dixerim omnia, nō modo tenuādi incidendique facultatem habēt, sed immodice etiam calefaciendi, ob idque & solida exiceāt membra, crassumque humorē reddūt, quo in renib. asso calculi gignuntur. Optima itaque corporis constitutio quæ temperatissima est, meatus per quos humor fertur, patentiores habet. ac fieri quidē potest, ut corpus eiusmodi bene semper se habeat, dummodo quātum sit satis, ante cibū exerceatur, præcipueque ubi crassi succi cibos liberalius assumpsit, qualis alica (ut diximus) habetur, & Suilla caro, Panisque furnaceus, aut in clibano minus probe decoctus, neque ea cura & diligentia confectus, quā paulo ante recensuimus. Tragus ex frumētacei generis alimentis eiusdem cum alica naturæ est, uerum ægrius in uentriculi concoctione quam alica ipsa conficitur. Ad hæc quoque prope accedunt Ouorum uires, naturaque, de quibus non secus ac de lacte multa distincte dicenda sunt, quę accurate nobis in operis progressu paulo post referentur. Sed quemadmodum prius formulam quasi quandam alimentorum descripsimus, quæ boni malique & glutinosi succi sunt: sic eorum quoque à nobis mentio facienda est, quæ quodā quasi examinato modo se habet, mediaque naturaliter inter crassæ ac tenuis materiæ cibaria sunt. Quę alibi etiam in libro de extenuante uictu diximus. Sed plura ex his quę tenuis materię sunt, medicamina potius, quam alimenta à nōnullis appellantur: at quæ glutinosos crassosque humores gignunt, si probe in uentriculo concoquantur, bonūque in iocinore sanguinem efficiant, maxima ad nutricandum efficacia sunt. Cibi autem nulla omnino ex parte dānandi, neque tenues, neque crassi sunt, sed ueluti in symmetria, omnisque excessus mediocritate consistunt. Eius generis Panes optimi habentur, quorum confectionē libro de facultate alimentorum primo scripsimus: præterea ex Gallinaceorum genere fœminæ quidē & mares: ex Auibus phasiani, perdices, attagenes, columbæ, merulæ, turdi, turtures, passerculi omnes: Pisces item saxatiles, pelagici, littorales, gobij, murenæ, buglossi, aselli, & simpliciter pisces omnes, qui neque insuaue, neque mali odoris, neque glutinosum quicquā gustu repræsentent. Sed ad horum naturā explicandam multa quidē distincte dicenda essent, quę ubi de mali succi cibis mentio à nobis fiet, enarrabimus. Sed quædā prius addēda quæ desunt. Quisquis enim exercitatione multa uti, somnoque ad satietatem potest, eamque sibi uitæ rationem delegit, quæ publicis negocijs foresique labore minime impeditur, is sane crassi lētique succi cibis uesci potest, ac tum præcipue cum horum usus frequentior parti hypocondriorū dexteræ nihil uel grauitatis uel tensionis afferat: cui autem ætas, aut consuetudo obstat, quin exerceri ante cibum possit, eius generis uictu quem diximus, omnino abstineat: qui inertem penitus, et ociosam uitam agit, eius modi etiam cibos uitet, sed uel suspensus agitetur, uel de ambulatione ualidioris exercitationis loco utatur. Ad sanitatem enim tuendam, si corpora moderate exercētur, mirum in modum prodest: at contra quies & ocium diuturnū maximo illis nocumēto est. Neque enim morbo quisquā corriperetur, si accurate obseruaret, ne in cruditates incideret, aut uehementer post cibum exerceretur. Nam sicuti bonæ ualitudini ante cibū exercitatio maximum affert cōmodum, sic qualiscunque sumpto cibo motus noxius admodum est. Alimentū enim ex uentre ante cōcoctionem in diuersas corporis partes distribuitur. proptereaque crudi humoris copia per uenas aggeritur, quæ multiplices morbos affert, nisi aut multis laboribus is humor dissoluatur, aut à iocinoris uenarūque facultate concoctus uersusque in sanguinem fuerit. Quare qui tuendę tantum sanitati, non sicuti gymnasticæ dediti bonæ habitudini studēt, ijs tenacis malique succi cibos uitare tutissimū est. Deinceps ergo quæ hactenus de crassi succi cibarijs dicta à nobis non sunt, recenseantur, rursusque à Pane ipso ordiamur. Is enim si quod fermenti & salis sit satis minime in se habet, parumque maceratus, neque quā deceat in clibano cocturam adeptus fuerit, crassum quidē succum nonnihil in se tenacis habentē gignit, quē Praxagoræ ac Philotimi sectatores glutinosum dicere soliti sunt. Caseus omnis crassi, uetus mali etiam succi est, recēs uero succi prauitate caret. Crassities autem cū lentore non in omni est caseo, cum lactis ex quo gignitur, tum animaliū, tum pabuli uarietate non paruum discrimen sit. Caprini lactis usus frequens apud nos est, apud alios bubuli, sæpe etiam & ouillo utuntur, sed crassitię in se habet, atque idcirco asinino est cōtrarium, bubulum pingue. Caprinum inter cætera lactis genera moderate se habet, cum nondum admodum pingue crassumque sit, ob idque medium quoque esse censetur, quod in corporibus nostris præstat. Lac enim quod serosum est ac tenue, minus nutrit, aluū magis deijcit: contrà crassius aluum minus deijcit, magisque nutrit. Constat enim lac omne ex triplici dissimilique substātia, prima quidē serosa & tenui, altera crassa et ad caseum faciundum accommodata, tertia oleosa et pingui. Quæ sane non itidem animantia omnia præstant. Nam camelinum asininumque serosi humoris plus habet, plus casei ouillum, plus pinguitudinis bubulum. Capellę uero inter cætera animantium genera mediocritatem adeptæ sunt, rursusque inter se inuicemque collatæ alio quàm diximus modo differre uidentur. Neque enim harum parua discrimina sunt, ab ætate, à pastionibus, ab anni tempore, ab eo ipso spatio quo à partu ædito distant. Quæ abunde tertio de facultate alimentorum libro diximus. Nunc uero id tantum referre sit satis, caprinum lac sine melle sumptū periculosum esse. Plerisque

risque enim qui purum illud hauserunt, coactum est in uentriculo, in speciem casei: quod quidem quum accidit, mirum est quàm aggrauet hominem, ac strangulet. Maiori quoq; admirationi est, cum in cuiuspiam uulnus, uel in uentrem, intestinúmue aliquod sanguis in grumos compactus defluxerit. Nanq; is frigore exoluitur, ac penè exanimatur, pulsusq; imminuit, & male se habet. Quin & huiusmodi sanguis sese in uulnera insinuans facit, ut partes illi proximæ protinus putredinē contrahant. Sed cur is humor inter omnes alios corporibus nostris accommodatissimus ubi frigefactus est, huiusmodi pathemata inuehat, non paruam certe inuestigationem requirit. Ex his enim planè perspicuum est, quantam uitiosi succi qualitates uim habeant, quas sanè tanquam parui momenti, quidā nostræ huius ætatis medici aspernantur: eosq; sequuntur, qui ita sentiendum esse primum commenti sunt. Eam ob causam lac ubi sumunt nonnulli, ne in uentriculo coaguletur, mellis, aquæ, & salis nōnihil admiscent. Ad bonos autem humores gignendos ex ijs animantib. lac probatissimum habetur, quæ bono corporis habitu sunt: idq; ubi emulctū fuerit, statim hauriat. Abundantius uero coctum satis crassum succum præstat, præcipueq; si uel farinam triticeam, uel miliū, uel amylū cum eo decoxeris. Caseus omnis crassi, uetus mali etiam succi est, recens uero et modo coactus deijciendæ alui gratia ante cibū cum melle sumit, succiq; minus quàm uetus crassi est, nunquam autem mali. At quod ex lactis concretione defluit serum, aluum egregie mouet. Quę ex lacte & caseo placenta cōficitur, crassi succi alimoniam pręstat, proptereaq; iocinoris meatus obstruit. Eadem ratione quæ ex similagine & lacte ubi lagani aut rhyematis quicquā admistum sit: tum quæ ex similagine, uel omnino ex triticea farina & musto conficiuntur, praui succi omnia sunt. Quinetiam ipsa per se lagana rhyematáque & bellaria omnia quæ ex tritico confecta sunt, & fermentatione carent, ac tum potissimum ubi nonnihil casei in se habent, succi sunt crassioris. sed mea quidem sententia quæ à nobis modo lagana ac rhyemata appellantur, ueteres cōmuni appellatione Itria dixere. Cochleæ crassi succi cēsentur: itemq; Oua quæ uel elixa, uel tosta, penitus densata sint, frixa uero mali succi, fumosæq; in stomacho cocturæ sunt, secum etiam admistos cibos corrumpentis. Quapropter inter deterrimas earū rerum habentur, quæ cōcoqui nequeunt. Mediocriter uero cocta, quæ ideo tremula appellantur, ad concoctionem, digestionem, nutritionē, boniq; succi generationem præstantiora: sicuti & quæ sorbilia dicimus, si modum in coctura adhibueris, ad leniēdas gutturis asperitates idonea sunt, cum liquidū adhuc coactum densatumq; non sit. In Aquatilibus uero quæ mollia dicunt: uidelicet Lolligines, Sepiæ, Polypi, aliaq; eius generis, crasso tenaciq; succo sunt: necnon ex piscibus quæ cetacei generis habetur, cuiusmodi sunt Thynni. Sed Pelamides

A ex his magis ad mediocritatem tendunt. Ostreæ itē, Buccinæ, Purpuræ crassi admodū succi sunt, ac simpliciter quę Aristoteles Ostracoderma, hoc est dura testa intecta uocat. Chamæ, Patellæ, Pectines, Pinnæ, & alia eiusdem generis: quorū Purpuræ, & Buccinę duriori sunt carne, & succi crassioris: sed caro in alijs, pręcipueq; in Ostreis & humidior, & tenacior est. Quarum omnium succum scire debes, non secus ac serum lactis, aluum deijcere: at solidiores ipsarum partes, serius ob crassitiem concoqui, crudumq; & crassum & frigidum humorem gignere. Eadem quoq; & Brassicæ, & Lenti euidens potestas est: multisq; alijs, sed minore efficacia. His de rebus, trib. de facultate alimentorum commentarijs uberius scripsimus. Reliqua

B ergo ex his omnibus, quę crassi succi esse diximus, exceptis Purpuris Buccinisq;, & glutinosa & tenacia sunt. Brassicæ ac Lentes non eandem cum glutinosis antedictis succi naturā sortitæ sunt, sed earum succus nitrosus, & deijciēdæ aluo efficax est, sicuti Dracunculi acerrimus & amarissimus. Vtrunq; etiā Aron præstat, sed minus efficaciter. Bulbi austero amaroq; succo sunt, ex ijsq; lotis, & sæpius iterata coctura quicquid superest crassi succi habetur. sed Fungi inter huius generis cibos frigidissimo, tenacissimo, & crasso succo sunt: à Boletis tātum neminem interijsse memoriæ proditum est: sed hæc ubi cōcoqui nequiuerint, choleram in nonnullis excitarunt. Ab esu cęterorū fungorum alij mortui sunt, alij proxime ad mortem accesse-

C runt, strangulationis periculo, uel alui fluoribus, aut cholera laborātes. Tuber leniter crassi, nō mali succi est, huius generis Amylū habetur, nec mali, sed succi crassioris est. Itidē Nux pinea quā ueteres Strobilon dixere, se habet. In his quæ crassi succi censentur, Iecur, Renes, Testes annumerandi sunt: uerum Iecur malli succi nō est: Renes, Testesq; non boni, his tamen exceptis qui ex gallinaceis habentur, præcipuéque ex saginatis, itemq; suillo iocinore, si quando id animal caricis nutriatur, quod propterea Sycoton quasi ficubus altum uocant. Lien ex cæteris animantibus satis uitiosi succi est, et melāncholicus, suillus uero minus nocet. Cordis substantia durior, ac fibris magis scatet quàm quę habet in alijs uisceribus: in his enim

D inter uascula, quædam concreti sanguinis substantia apparet: in corde fibræ multæ solidę & longæ, non secus atq; in musculis spectant, in quibus carnosa substātia circūdensatur, atq; ea de causa nonnulli ipsum cor in musculorū genere locandū putant, ex quorū substantia tota nostri corporis moles conficit, tum quicquid proprie caro appellat, esturq; ex uictimis. Sed musculorū initia quæ Capita uocāt, neruosiora quoquomodo sunt, in eaq; capita ex ossibus ligamenta initiū ortumq; habentia disperguntur. In fine musculi Tendones oriuntur: eamq; ob causam extremę utrinq; illorum partes neruosiores: sicuti & mediæ carnosæ sunt, & uberrime nutriunt. hæ quidē partes ab omnibus Carnes appellantur, cū ipsarū fibras præ tenuitate

minime

minime intueantur, quæ ex ligamētis neruisq; in A hanc ipsam carnosam substantiam dispersis constant. Sed hæc cū iam iā ab illis caro prænominetur, non sine causa extremas ipsius duntaxat partes Musculum dicunt. Verum aliter res habet, nā totus musculus proprijs quibusdā liniamētis circunscriptus seiūctusq; ab alijs cernitur, obitq; functionem unā quæ est ex motibus uoluntarijs. hoc eīm nomine eius generis motus ab his distinguendos putant, qui naturales & uoluntatis expertes sunt. Partes musculi quæ diximus discrimina recipiunt. In extremis animātium partibus caro inest paucissima, ossuosę & neruosæ sunt, non nerui illius causa, qui uoluntario motu fungitˀ (Nanq; is in huiusmodi partibus exiguus est) sed ligamenta lis, & eius quem ueteres Græci Tendonem, Apo B neurosin quasi eneruationem, medici recētiores uocant. Hæc sanè elixa tenaci satis lentore & glutinosa sunt, eamq; ob causam simile etiam corpori alimentum præbent. Eandem quoq; naturam sortitæ sunt pedestrium animantium partes, quæ penes labia sitæ sunt. Lentum enim non crassum humorem gignūt, indicioq; est coctura, cum plurimum ibi tumoris concipiant, relaxenturq;. Cōmode hæc concoquuntur, itemq; Alę uolatilium communi quadam cum corporibus se exercentibus ratione, nanq; hæc omnia excrementis carēt: quæ uero in ocio degunt, excremētosa sunt. Suilla cutis præpinguis ubi probe elixa sit glutinosum pinguedinemq; in se habentem, non satis quidem crassum succum pręstat, neq; ueluti extremę C partes concoctionem admittit, neq; bonum succū sed excrementosiorem gignit. Cerebrum quoq; pars crassi succi est, & quę dorso excipitur Medulla. Sunt quoq; Glandulæ eiusdē naturæ, sed mediocriter, nec non iuuenum uictimarum Testes. Illud autem in cunctis animantibus communiter meminisse debes, scilicet seniorum, duras, siccas, & concoctu difficiles esse: at contra iuniorum, humidas, molles, atque idcirco commodius concoqui, his tamen exceptis, quæ ubi in lucem editæ sunt, protinus in cibo sumuntur. Nanque omnes eiusmodi muccosæ sunt, ac præcipue quæ suapte natura humidiori sint carne, ut Agni, & Sues: uerū Hœdi, & Vituli, ut qui natura sunt sicciores, multo melius concoquuntur, nutriuntq;. Similiter D ergo Glandulæ, Testesq; se habent: atq; etiam Lingua, cuius ferè natura glandulosa est. Quæ in Mammis glandulę habentur, si lac in se continēt, Vbera appellantur: crassique succi edulia sunt. Quòd si animal ex quo sumuntur, boni habitus fuerit, & abunde nutriunt, & bonum succum efficiunt. Quod sanè cum commune quoddam sit, satius id quidem semel audire: ut mox facile tibi in mentem redeat. Lac ergo, ut medici omnes literis tradiderunt, succi habetur probatissimi. Quapropter nonnulli pulmonis ulceribus affectos potione tantū lactis curari putant, antea scilicet quàm ea ipsa ulcera amplientur, callosaq; fiant. Sed præ cęteris lac Muliebre, tanq; naturę eiusdē, nobisq;

accommodatum, ab alijs medicis, præcipueq; ab Heridoto & Euriphone celebratur, ubera quidē more infantium illorum iudicio ab ita affectis sugenda sunt. Lac enim simulatq; est emulctum, natiuæ bonitatis nonnihil amittit, ex quo cōstat plané inter cibaria omnia lac optimi succi & horum in primis, et aliorum quoq; medicorū iudicio censeri. Sed quod diximus non in his tātum cibis, uerum in alijs quoq; permultis communiter obseruari oportere, iam recensendum est: lac uidelicet ex ijs animantibus quæ boni habitus fuerint, boni succi: ex ijs uero quæ deprauato, non secus ac sanguis qui in illis habetur, mali succi esse. Neq; enim lac bonū succum præstabit unquam, cū totum corpus uitiatos humores habuerit, propterea q; lac ex animantibus quę boni sint habitus (ut diximus) ad bonos humores gignēdos probatissimum est. Idem Glandulæ ipsæ tū lac in se habentes, tum aliæ quoq; salubrium animantiū præstāt. Itidē Iecur, Testesq; se habent: Hæc enim ijs animantibus sumpta, quorū deprauati humores fuerint, bonum succū efficere non queunt, uel eorū quæ iam cōsenuerunt: nullū enim ex ijs boni succi est. sed quæcunq; adhuc lactantia sunt, si matris lac probatum fuerit, eorū iecur boni succi est, & cæteræ etiam partes bene se habent. Qualem uero alia animantium mēbra humorē gignant, paulo post à nobis dicetur. Nunc autem is sermo (ut ratio postulat) quem de crassi succi cibarijs prius inchoauimus, absoluatur, quæ quidem cū pauca sint, à nobis recenseantur, distinguentes uidelicet ex ijs tū qui malum, tum qui bonum succum efficiant, mox reliqua explicanda sunt. Vsus eīm præsentis operis ad id pertinet, quò scilicet bonos humores gignere, malos autē uitare possimus. Cūq; sicut initio huius tractationis exposuimus, cibi qui crassi succi sunt, corporis perspirationem difficilem reddant: in eoq; ac pręcipue in iocinore & renibus nonnullas obstructiones faciant: propterea ab eorum esu cōtinuo, & si boni succi habeantur, meo iudicio abstinendum. At si qui mali succi sint, seu tenues, seu crassos humores gignant, penitus uitandi. fieri autē potest, ut hi duntaxat, qui uehementer exercentur, uisceraq; à natura deprauate cōstituta nō habeāt: crassi glutinosiq; succi cibis uescantur, ijsq; minime lędantur. Est ergo ex crassi succi cibis utraq; Balanorum species, & quernæ uidelicet, & fructus etiā φοινικῶν, hoc est Palmarū. Gręci palmas earūq; itidē fructus Phœnicas uocāt. ex his uero, quas quercus ferūt, Castaneæ quæ & Castana appellanˀ, gratæ sunt homini & suaues. eas tū urbani, tū alij quoq; per Asiam, Sardianas, & Leucenas uocant à locis ipsis in quibus uberius oriūtur. Quā igitur ob causam Sardianæ dicātur, planè patet. Sed Leucenæ à loco quodā Idæ montis, quē plurali numero ut Thebas appellāt, nomen sumpserunt. Eius itaq; generis glandes uel assæ uel elixæ ab oībus sumunˀ. Sed quæ figura oblonga sunt, & similes palmulis ad sues potiusq; homines nutriēdos idoneæ, nisi

quiſpiam ingẽti neceſſitate oppreſſus(ut in extre
ma uictus inopia accidit)edere illas cogãt. Ilignæ
uero Glandes(quas Græci Acylos dicunt)duræ
ſunt & acerbæ, & propterea inſuaues, & ſi eæ ipſæ
elixæ ſumantur. Nam & ægre concoctionem ad/
mittunt, craſſumq; ſuccum reddũt, eamq; ob cau/
ſam uitandæ ſunt. Quòd autem adſtringẽtis ſuc-
ci diſcrimina quædam ſint ſecundũ plus minúſue
perſpicuum eſt: in auſteris enim adſtringendi qua
litas remiſſa eſt: in acerbis intenſa. ſed quãto Acy
li inter cæteras glandes ualentiore adſtringẽdi po
teſtate ſunt, tanto hac in re ab ipſis glandibus Ca
ſtaneæ ſuperantur. In his enim aſtringendi facul/
tas ualde imbecillis eſt, quamuis æque ac reliquæ
glandes inter craſſi ſucci cibos annumerẽtur, cõ/
modius tamen cõcoquuntur, ac nullatenus praui
ſucci, & adſtringẽdæ aluo minore efficacia ſunt.
Sed harũ uſu uberiore abſtinẽdum, non ea tantũ
de cauſa, ꝙ ſicuti multa quæ diximus, craſſi ſucci
habeant: ſed ꝙ ægre cõcoqui, aluumq; adſtringe/
re, & inflatiões excitare poſſint. Palmarũ fructus
(Græci omes queadmodũ diximus tũ palmas tũ
ipſarũ fructus eodem uocabulo Phœnicas appel/
lant)dulcis ſucci ſunt, & adſtringendi etiam facul
tatẽ habentis. hos medici quidam recentiores cõ/
poſito nomine Phænicobalanos uocant, idq; a/
pud ueteres Græcos in uſu non eſt: nanq; illi hos
fructus φοινικῶμ βαλάνυς, hoc eſt palmarum bala
nos, non phœnicas, ſeu phœnicobalanos dicunt.
Nunc autem de nominibus diſtincte diſſerere nõ
propoſiti operis eſt: ſed ad eius generis homines
pertinet, qui in ocio uitam agunt: eosq; potiſſimũ
qui ueterem Atticorum linguam didicerunt: ſed
quæ ad ſanitatem faciunt, ea hominibus neceſſa/
ria ſunt. Cum eius generis uictu quem ratio bonę
ualetudinis poſtulat, uti omnes nequeãt, uel quia
negocijs dediti, uel quia intemperanter uiuãt, uel
quæ tuendæ ſanitatis cauſa agenda eſſent, igno/
rent, illorũ duntaxat ſtudio præſens opus aggreſ/
ſi ſumus, qui ſalubris uictus rationem agnoſcunt,
ad eamq; ſeſe accommodare ſtudẽt. Inter Acylos
& Quernas Glandes, Caſtaneasq; in ipſis parti/
culatim arboribus, non magnũ fructus diſcrimẽ
recipit, at in Palmis non leuiter differt. Nanq; Ae
gyptia palmula dura, ſiccaq; & auſtera, ſi cum ea
conferatur, quam Græci Pateton dicunt, quæq;
& ſatis dulcedinis & imbecilles adſtringẽdi uires
habet, natura inter ſe contrarias eſſe arbitraberis.
Aliæ uero inter has medię cenſentur, ut quę plus
minúſue auſteritatis aut dulcedinis habeant. Ha/
rum ſuccus & craſſitiem habet, ac facile iecur ob/
ſtruit, quodq; ſcire ac meminiſſe expedit, dulces
cibi craſſiq; ſucci iocinoris ac lienis obſtructiões
faciunt, tũ inchoantẽ iam in uiſceribus phlegmo/
nen ſatis augẽt: inflationesq;, & ſcirroſa uitia, nec/
non abſceſſuum generationes(ut liquido patet)
proritant. Sed hæc forſitan à ſalubri uictu cuius
pars in hoc opere ſcribitur, remotiora ſunt. Rur/
ſus ergo ad rem reuertamur, deq; ijs cibarijs aga/
mus, quorũ ſuccus tum craſſitiem, tũ lentorẽ in ſe

A habet. Ex his em̃ alia craſſo duntaxat ſucco ſunt,
ut Lenticulæ. lento alia, ut Maluæ. nõnulla utrun
que ſortita ſunt, ut quæ Mollia ab Ariſtotele &
Dura teſta intecta appellantur. Noſtris autẽ cor/
poribus alimentũ accõmodatiſſimũ eſt, quod ex
his rebus conficit̃, quæ nec craſſi, nec tenacis ſuc/
ci ſunt. Hæc em̃ moderatæ conſiſtentiæ ſanguinẹ
gignunt. Quod uero tenue admodum eſt, uitiũ in
ſe habet, ſiquidẽ parum nutrit, quæq; eo cibo nu/
triunt̃ corpora, & gracilia & imbecilla reddunt̃.
Ad bonã itaq; ualetudinẽ eiuſmodi cibi accõmo
datiſſimi cenſentur, qui mediã quandã naturã in/
ter ea quæ diximus, habent, quiq; non nimis tena
ces glutinoſiq; ſunt. In his quoq; uitium ineſt, qui
om̃ino friabiles habent̃, ut qui pauciſſimũ in ſe lẽ
B torẽ habeant. Panis em̃ ex Panico Milióue cõfe
ctus, dũ eſtur, arenidũ quoddã, uel quaſi cinerẽ ſa
pit. Eapropter cum Etnos ſimiliter ac Lecython,
ex antedictis cõfeceris, pinguia, lentoreq; in ſe ha
bẽtia illis admiſcẽda ſunt. Hæc em̃ agricolæ indi/
to uel oleo, uel ſuillo caprinóue adipe, uel ouillo
bubulóue lacte in cibo ſumunt. Etnos à nobis ap/
pellat̃, qđ ex freſis leguminibus chedropisq; cõfi
cit̃: at Lecythos, cũ hæc ipſa moliunt̃, eorundẽq;
farinã adipe aliquo admiſto in aqua decoxeris. Si
uero cibaria per ſe nõnulla inſpexeris anteaq; uel
elixa, uel toſta, uel frixa, uel tantũmodo madefa/
cta propriã præparationem adepta ſint, terreſtria
duraq; apparent: elixa uero, aut humore madida,
mollia reddunt̃. huiuſmodi eſt, ex frumentaceorũ
C genere, Hordeũ, ac Triticũ: ex arboreis fructibus
Nux pinea. Ad id ergo mentẽ quoq; adhibere de/
bes, ut non modo cũ in exteras regiones peruene
ris, uerũ etiam apud nos, ſiquid tibi inſuetũ eden/
dũ eſt, eius prius naturã non elixi, ſed aqua dunta
xat madefacti experiare, uel id tibi elixãdũ, aſſan
dúmue eſt. Nam quæ ex ſeminibus aut om̃ino ex
fructibus intumeſcunt, ueteremq; protinus ſiccita
tẽ duritiemq; deponunt, mollioraq; & humidiora
redduntur, præſtãtiora: quæ uero minime tumẽt,
priſtinamq; duritiem retinẽt, deteriora ſunt. Hæc
em̃ & terreſtri ſubſtantia ſunt, ægreq; concoquun
tur, atq; ut, & in uentre perficiantur digerãturq;,
& in iocinore ac uenis in ſanguinẽ cõuertant̃, ua/
lentibus corporis facultatib. opus eſt. Quæ ſanè
D ambæ actiões in imbecillis corporibus haud pro/
ſpere ſuccedũt, ꝓptereaq; ſuccus ex cibis eius ge/
neris crudus reddit̃, ex quo multiplices morbi gi
gnunt̃. Sed quoniã ſingulæ fructuũ ſpecies maxi
me inter ſe differunt, id animaduertendũ eſt, ut ſi/
qui tibi in cibo ſumendi ſunt, madefaciẽdi prius,
interdũq; etiã præcoquẽdi, ut cuiuſmodi naturæ
fuerint, certiſſimũ experimentũ aſſequaris. Quã/
obrẽ Pater meus harũ rerũ diligens ſtudioſusq;,
cũ Amygdalas hoc pacto expertus eſſet, Nucesq;
Iuglãdes Auellanasq; quas Põticas, & à tenui pu
tamine Leptocarya appellant, idemq; in olerũ ge
nere, atq; itẽ in Fabis, Cicerculis, Piſis, nec nõ Lu
pinis, Ochris, Dolichisq; tẽtaſſet, hæc ſcilicet om
nia uel madefaciẽs, uel pręcoquẽs, quantũ deinde
tumoris

tumoris cõciperent, agnoſcebat. De Ptiſana autẽ
quidnã recẽſeri à nobis debet. Iã pueris planè pa-
tet, ꝙ quæ celeriter turget, probatiſſima, quę poſt
multũ temporis parũ intumuit, uitioſa eſt. Nanq;
illa liquat̃, & in cremorẽ uertitur, hæc difficulter
liqueſcit, ac duritiẽ retinet, cremoreq; pauciſſimũ
præſtat. Quin & cerealia quædã ſemina dum co-
quunt̃, nequaq; tument: ſed hæc à priſcis quibuſ-
dam medicis quia percoqui nõ poſſunt, Aterãna
nuncupãtur. Quãobrẽ Pater meus & eo quo pau
lo ante diximus modo, & copia etiã farinæ Triti-
cũ experiebat̃. Nã quod præſtantius, plus quidẽ:
quod deterius eſt, minus farinæ reddit. Quæ igi-
tur dicturus ſum ne arbitreris minime ad rẽ perti-
nere, ſiquidẽ quod cõmuniter habet̃ de cũctis ſe-
minibus fructibusq; qui reponi poſſunt, id ab eo-
dẽ Patre & à me etiã diu exploratũ, longoq; expe
rimento cõprobatum eſt. Sed iam patet eos fru-
ctus cõmode meo iudicio aſſeruari, qui priusq̃
marceſcant, exiccent̃: idq; nonnulli ſuſtinere non
queunt, ut Mora, Pepones, Melopepones. Adde
etiã Perſica & alia eiuſdẽ generis. Hæc em̃ putre-
ſcunt priusq̃ areſiant. Nonnulli Cucurbitas in te
nues offas diſſectas areſcere ſinũt. * Fungi etiam
cũ ſiccari nequeãt, uitiũ in ſe habere maxime indi
cant. Nempe de ſeruãdis Prunis quid ſcribẽdum
eſt? Nemo eſt em̃ qui neſciat, ea non modo apud
Damaſcenos Iberoſq;: ſed apud nos quoq; ſerua-
ri. Quare pauciſſimos fructus deprehẽdes, qui ſic
cari non poſſint, præter quos diximus Pepones,
Melopepones, Armeniaca, Perſica, & quæ à Ro
manis Præcocia appellantur. Ficus etiã ſiccatæ
durant: ac Cucumeres ut Cucurbitæ reponũtur:
ſed hæc in uſum hyemis aſſeruata eadẽ quoq; ra-
tione explorãda ſunt. Nã quæ aquæ madorẽ peni
tus hauſerint, uel adhibita coctura, uel ſecus, inter
cætera cõſimilis generis præſtantiſſima ſunt. Qui
bus uero accidit, ut multo tẽporis ſpatio non ad-
modum intumeſcãt, uitioſa cẽſentur. Quò fit, ut
cibi qui illico in tumorẽ creſcũt, & natura melio-
res habeantur, neq; aptius tantũ cõcoqui poſſint,
uerũ quoq; ad bonos humores gignendos (cuius
rei indagandæ hæc omnia ſcribimus) ſint pręſtan
tiores. Nihil enim in cibarijs om̃ibus ad boni ſuc-
ci generationẽ tam pertinet q̃ ſi probe in uentri-
culo concoquantur. Nanq; hæc & alterã & tertiã
concoctionẽ facilius admittunt, ſed ſecũda cõco-
ctio (ut planè noſti) in iocinore & uenis, tertia in
ſingulis quæ nutriũtur partibus perficitur, cuius
quidem gratia duæ illæ priores expetuntur. Nam
quæ nutrienda ſunt, nutriente ſecundũ qualitatẽ
mutato, & ad eius quod nutritur naturã aſſimila-
to, nutriuntur. Præparata autẽ præcoctaq; cõmo
dius q̃ quæ concocta nõ fuerint, tranſmutantur:
ad inuicẽ enim concoctiones ſuccedunt: nã quic-
quid uentriculus concoxit, ad iecur tranſit, ab il-
lo ad nutriendas partes tranſmittitur. Cunctis er-
go corporis partibus iecur alimentũ præparat: illi
uẽtriculus: huic os: ori quędam uel iurulenta, uel
aſſa, uel frixa, uel tantummodo madefacta: ſed his

A omnibus gubernatrix natura fructiferas plantas
præparat. Nonnulla etiam ab ea ipſa gignuntur,
quæ nec elixanda, nec aſſanda, nec madefaciẽda,
nec aliter præparanda ſunt. Sed hæc ut omnibus
quæ edendo ſunt cõmunia, in uniuerſum nouiſſe
oportet. Nunc uero quæ iam omiſimus, particula
tim attingamus. omiſſa autẽ ſunt ex animaliũ par
ticulis, Ventriculi, Vuluæ, Inteſtina, Aures, atq;
etiam Caudæ, nec non cerealium ſeminũ & plan
tarũ quas Horæas uocant, atq; olerum quoq; per
multa. Ventriculi ergo Vuluæ Inteſtina duriori
quàm caro ſubſtantia conſtant: quoq; ea duriora
ſunt, eo etiã concoctu difficiliora, nec adeo boni
ſucci: minoreq; ad nutriendum q̃ caro ipſa effica-
cia ſunt. Sed Caudæ ſunt his quoq; duriores: reli
B qua uero in ipſis quæ ad concoctionẽ & nutritio
nẽ ſpectant, duritiei proportione reſpõdent, hoc
tamen excepto, quòd motionis cauſa minime ex-
crementoſæ ſunt. Cum his uolatilium Colla ſimi
litudem quandam habent. Ventriculus ex pede-
ſtrium & uolatiliũ genere maxime differt. Nanq;
ex uolatilibus craſſus durusq; eſt, & cõcoctu diffi
cilis, at ſi cõcoquatur uberrime nutrit. gallinæ &
anſeris præſtantiſſimus eſt: Cæteræ uero anſerinę
partes alis exceptis, & durę & excremẽtoſæ ſunt,
nec facile concoctionem admittũt. Ex grandibus
ſtruthis (quos modo Struthocamelos uocãt) mẽ-
bra omnia dura excrementoſa, & cõcoctu etiam
difficilia. Aurium cartilago & ſicca eſt, & minime
nutrit: Earum cutis exterior tenuis aridaq;, ægre
C item concoquitur, & pauciſſimi nutrimenti eſt.
Oculi à paucis eduntur. Conſtãt enim ex diſſimi-
li ſubſtãtia. Ex his nanq; Tunicæ aliam naturam
ſortitæ ſunt, aliam Muſculi, aliam quod à cryſtalli
ac uitri ſimilitudine Cryſtalloides ac Hyaloides
dicitur. Inter hæc Muſculi tantũ facillime conco-
quuntur. Ex animãtibus quorũ natura ad bonos
humores gignẽdos aptiſſima eſt, Sues mediocris
iam ætatis habentur: qui enim ad ſummum creue
rint, hominibus uigentis ætatis, ſeq; exercẽtibus:
qui uero adhuc increſcunt, ijs quorum ætas incli-
nat idonei ſunt. Caro ex porcellis paruulis excre-
mentis ſcatet. Quare ex pedeſtribus animantibus
Suilla caro probatiſſimus cibus eſt, deinde Hœ-
dina, mox Vitulina. Agnina uero humida, tũ len-
D torem muccoremq; in ſe habere cenſetur. à cæte-
ris pedeſtris generis meo iudicio abſtineat, quiſ-
quis boni ſucci generationi animum curamq; in-
tendit. Quæ ſane quonam pacto ſecundũ ſpeciem
differant, libro tertio de facultate alimentorũ do-
cuimus. Ex ſeminibus cerealib. Ptiſana quæ pro-
be cocta ſit, cibus optimus exiſtimatur, bonumq;
ſuccum gignit. Indicat quoq; hic ſermo Hordeũ
itidem optimum eſſe oportere. Nam ſi huiuſmodi
non eſt, nunquam congruam cocturam admittit.
eamq; ob cauſam madefacta non admodum intu
meſcit, nec in cremorem liquatur. Sed de Ptiſana
copioſius à nobis dictũ eſt in libris de facultatibus
alimentorũ, deq; morbis curandis, atq; in ijs com
mentarijs quos ad eum librum interpretandum
qui de

qui de uictus ratione in acutis morbis habet, scri A
psimus. Nunc autē caput hoc quo utimur ad præ
sens opus, explicasse sit satis. Ptisanā scilicet pro/
be confectā ex cibarijs omibus omi prorsus noxa
uacare, prodesseq; tum ad sanitatē, tum ad bonos
quoq; humores gignendos. Minus hæc nutrit ꝙ
Panis: de quo primo de facultate alimentorū uo/
lumine diximus. Fœnograecū non boni succi est,
si quis eo liberalius utatur. Ptisanā uero & si quo
tidie ad satietatē sumpseris, non idcirco boni suc/
ci generationē impedies. Idem quoq; de fabis di/
cerē, nisi inflationes parerent. neq; enim mali suc/
ci sunt, aut obstructiones faciunt, quæ duo in salu
bri uictu præcipua sunt. Hæc autem sibi ipsæ uen
dicant, cū abstergendi qualitatē uimq; sicuti Hor
deū obtineant. Pisum exterendi quidem uim nō B
æque habet ac Faba, sed inflatione caret. Lentes
(ut ferè omnibus notū est) & uitiosi succi, & me/
lancholici sunt, ijsq; in multis affectibus medica/
menti loco persæpe utimur, sed hæc modo recen/
senda nō sunt. Ochri pręterea ac Dolichi his quę
diximus deteriores, ac cicerculis meliores haben
tur. Post hordeū Olyra annumerāda est, post hāc
Typhæ: à panico quod à priscis nōnullis Meline
etiam nominatur, penitus abstineas. Huic Miliū
consimilis generis est, sed minus malum. Cicer e/
gregie nutrit, sed nec boni succi est, & inflat non
minus ꝙ faba, semenq; auget ac ueneris deside/
rium. Lupinus non mali, sed crassi succi est, pro-
ptereaq; (ut iam patet) probe nutrit. Cætera autē
legumina ad bonos humores gignendos recense C
re non attinet, neq; enim ea edunt homines, nisi fa
me & rerū inopia cogantur. hactenus ergo de his.
De fructibus deinceps agendum est. Nanq; quos
arbores ferūt, omnes ferè (ut ita dixerim) mali suc
ci sunt, his tamen exceptis Balanis, quas Casta/
neas uocāt, quæ si in uentriculo concoquātur, effi
caciter nutriūt, atq; eæ crassi quidē, nunquā autē
mali succi sunt. sed inter reliquos fructus, qui à tē/
pestiuitate præcipua horæi appellantur, humorē
uitiosum gignunt, ac si forte in uentriculo corrū/
pantur, similes fere letalibus uenenis fiunt, sicuti
in Moris contingit, quæ & si Persicis & Prunis
sunt moderatiora, cū tamen corrūpuntur, non mi
nus in se habēt uitij ꝙ illa. Sed Ficus Vuæq; per
id tēpus, quod Græci proprie oporan uocant, di/ D
ctis fructibus sunt præstantiores. Refert quoq; nō
parum utrū ad maturitatē perfectam deuenerint
fructus, an secus. Maturæ em̄ Ficus ferè innoxiæ
sunt, Vuæ deinde, & eæ quidē appensæ. ita enim
quicquid inflationes facit abijciunt, & omni pe/
nitus uitio carent. De Caricis siquis boni eas &
mali succi esse dixerit, forte inter se pugnantia di/
xisse uidebitur, cum tamen uerū utrunq; esse pos/
sit. habent enim in se, tū quod salubre, tum quod
insalubre sit. Nam si eæ ipsæ per uentrem transie/
rint, quodq; ex ijs alimentū conficitur, per renes
corpusq; digestum fuerit, & salubres, & boni suc
ci censentur: sin autē retardarint, peioris quoquo
modo succi sunt, & pediculorum copiā gignunt:

A cū Nucibus autē sumptæ cibi probatissimi sunt,
atq; idem cum Amygdalis, sed cū his obstructio/
nis aperiendæ & abstergendi gratia sumuntur, ne
que ita bonū succum præstant, nutriuntq;, ut cum
miscentur cū nucibus, cum quibus ad omnia ha/
bentur præstantiores. Quin & nonnulli de leta/
lium uenenorū cōpositione scribētes, Caricas cū
Ruta Nucibusq; præsumptas, uenenis eiusmodi
uniuersis aduersari testantur. Reliqui arborū fru/
ctus mali succi sunt, ijq; potissimū quos syluestres
plantæ & frutices ferunt, sicuti de his uberius se/
cundo de facultate alimentorum uolumine dixi/
mus. Sed Malis, Piris, Punicisq;, & Mespilis, nō
alimentorum, sed medicamētorum loco utimur,
ad stomachi uidelicet uētrisq; firmitatē & robur.
B Inter fructus quoq; Cucumeres, Pepones, Melo/
pepones connumerantur, quorū nullus boni suc
ci est. Quòd si celeriter perfici digeriq; non pos/
sint, in succum fere letalibus uenenis similē uer/
tuntur. Cucurbita duntaxat ex huiusmodi fructi/
bus damnanda non est, si tamen in uentriculo cor
rumpatur, ipsa etiam malum succum gignit. Mo
ra itidem si cito perficiantur, & priusquā corrum/
pantur, transierint, innoxia sunt, nisi ijs quispiam
liberalius utat̄. Atq; hæc de horæis fructibus om/
nibus scire ac meminisse oportet. Ex oleraceis ni
hil est, quod bonum succum præstat. Lactuca em̄
in his quæ boni maliq; succi sunt, mediocriter se
habet. Post illam Malua habetur. Post hanc Por/
tulaca, Atriplex, Blitum, Rumex. Sed Lactuca a/
C grestis, Chondrilla, Scandix, Gingidiū, Seris,
Cichoriū, aliaq; ex oleraceis agrestibus omia ui/
tiosissimi succi sunt. Radices autē olerū acrimo/
niā in se habentiū, ut Allij, Cæpæ, Porri, Rapha/
ni, & agrestis Pastinacæ, malū succū gignunt. sed
Ari, Cariq; radix, & Rapi, quod Buniada etiā, id
est Napum appellant, in ijs quæ boni prauiq; suc
ci sunt, media habetur. Præterea Aues, Piscesq;
ferè (ut ita dicā) omnes boni succi censentur, exce
ptis lacustribus, palustribus, & qui in immundis
fluminibus ac turbidis degunt. minus em̄ natatio
nibus se exercēt, uitiatoq; aere, & prauo uictus ge
nere utuntur, præsertim si in aquas illas, urbis ali/
cuius amplissimæ, latrinarū, balneorū, culinarūq;
loturæ & purgamenta defluant, aut si in ijs & ue/
D stes & alia eiusdem generis abluantur. Caro em̄
animantiū, quæ uiuunt in aquis eiusmodi, earūq;
potissimum, quæ ibidem duntaxat immorantur,
deterrima est. Quę uero in meliores aquas se trās/
ferunt, ijs sunt deteriores, quæ puro ex mari uictū
capiunt. Sed ferè animantes omnes, quę in ea ma
ris parte uersantur, quæ dulci se aquę non immi/
scet, innoxię sunt, ut Pelagicę, Saxatiles, quę tum
ad bonos humores gignendos, tum etiam ad gu/
stus ipsius uoluptatem cęteris multo sunt præstan
tiores. harum itaq; frequens usus tutissimus est.
Nonnullæ præterea sunt, quæ duplici ex humore
uiuunt, tum marino tum dulci, ut Lupi, Capito/
nes, Cancri, Gobij, Murenę, Anguillę. Quare in
ijs primū quærendum est, ubinam sint captæ: de/
inde id

inde id olfactu & gustu experiundum. Nam quæ
deprauatis aquis nutriuntur, & mali odoris & in/
suaues, muccosæq; sunt, cumq; longe sint alijs pin
guiores, citissime emarcescũt. Sed quæ puro ex
mari uictũ petũt, & boni odoris sunt, gustuq; sua/
ues, pinguedinis autẽ uel nihil omnino, uel pau/
cissimã in se habẽt, diutiusq; à putredine illæsę du
rant, præsertim si niue circundatæ sint. Ad hunc
ẽm modũ quæ duriores fuerint, prestantiores eua
dunt: cũ caro ipsarũ reddat friabilior, uti & caro
Aselli, & eorũ quę in saxis degunt. Nam quod in
his naturaliter inest, id ea quæ duræ sunt carnis à
niue sumpserunt. Quamobrẽ Capitonũ caro pu/
ro in mari degentiũ, ab his qui ustiatis in aquis ui
uunt, diuersissima est. Similiter Gobij, Lupiq; se
habent, idq; in alijs quoq; q̃ in his quæ sunt dicta,
clarius patet. Murenæ ẽm ex aquis eiusmodi pessi
mæ: Anguillæ nunq̃ boni succi sunt, tãetsi puro
in humore uersentur, nedũ in eo qui urbiũ sordes
& purgamenta in se recipit. Secundũ quoq; loco/
rũ pastiones, pisces & meliores et deteriores fiũt:
idq; odore gustuq; facile explorabis, quẽadmodũ
ex Mullis, ij quidẽ peiores sunt qui carcinnadas
pascũt, reliqui uero duriore sunt carne, nõ modo
q̃ saxatiles asellíq;, sed etiã q̃ capitones, q̃ lupi,
& cæteri pelagici: propterea q; difficilius conco/
quũtur, sed efficacius nutriũt, maliq; succi nihil in
se habent. Sed de his quæ ad nutriendũ pertinẽt,
tribus de facultate alimẽtorũ cõmẽtarijs exactius
disseruimus. Quos sane qui salubribus cibis per/
uestigandis studet, minime negligere debet, neq;
etiã omnino opus illud qđ ad tuendã sanitatẽ spe
ctat, cuius pars quædã ijdẽ ipsi cõmentarij sunt.
Scripsimus quoq; & aliũ librũ de extenuante ui/
ctu, illi scilicet opposito, qui crassæ materię est, p/
speræ quidẽ ualetudinis studiosis apprime utilẽ:
sed illud in primis hac in re memoria tibi tenẽdũ
censeo, eũ scilicet neq; auxiliorũ, neq; salubriũ ci/
borum exactã notititiã consecutũ, qui materierũ
uires accuratissime nouerit, nisi corporum quoq;
naturas, quorũ causa cibi expetunt, agnoscat. Ex
his enim nõnulla densa sunt, & quę perspirare nõ
possunt: laxa nõnulla, & quæ facile inaniuntur:
eãq; ob causam humidiore illa egẽt alimẽto, hæc
sicciore. Alia item glutinosius, alia tenacius: par/
cius alia, alia uberius alimentũ exigunt. Similiter
quibus sanguis est admodũ melancholicus, humi
di calidiq; cibi dãdi sunt: quibus uero biliosior, fri
gidi: uerũ ubi pituitosus existit, cibus tunc opus
est qui calefaciendi siccãdiq; uires habeat: præte/
rea qui probato multũ sanguine abundarint, par/
cius nutriendi, eorũ in uictu nullę euidentes uires
insint, sed mediæ materiæ existat, ut neq; egregie
calefaciendi, refrigerãdi, humectandi, siccãdiq; fa
cultatẽ obtineat, eadẽ ratione neq; crassus aut te/
nuis, neq; lentus aut aridus, uel (quod lento oppo
nitur) friabilis sit. Ariditas enim in duris ualdeq;
siccis rebus, id autẽ quod est friabile, in mollibus
medijsq; inter humida siccaq; inuenitur. Commu
ne tamẽ utriq; est ut tenaci lẽtore omnino careat.

A Is ergo qui recte alimentis usurus est, scire in pri/
mis debet, quæ nam sint in hominũ cute laxitatis
densitatisq; discrimina, deinde quale sit totius cor
poris, postea singularũ partium tẽperamentum,
idq; an illæ propriũ seruent. Interdũ enim caput
plus iusto calidius, uentriculus frigidior est: sæpe
etiã contra, hic quidem calidior, illud frigidius. Iti
dem quoq; accidit in alijs partibus. Quę sane in li
bris de morbis curandis, deq; tuenda sanitate pa/
riter inuestigauimus. Sed quod ad alimenta spe/
ctat, id ante omnia quærẽdum, ac potissimũ cõsi/
derandũ est, quonã uidelicet modo cõmodissime
concoquant. mox ut concoctus humor qui in di/
uersas corporis partes ferẽ, illarũ partiũ tẽperamẽ
to accõmodatus sit. Quãobrẽ ut recte quispiã uti
B alimẽtis possit, necessaria cognitu sunt quæ de tẽ/
peramẽtis scripsimus. Qua in re cũ sis ipse abun/
de uersatus, quod reliquũ adhuc est, ac necessario
ad earũ rerũ notitiã expetiẽ, quæ bonos malósue
humores gignunt, adiungã, à uinis scilicet initio
sumpto. Ex his ẽm q̃ aquosa tenuiq; substãtia sũt,
urinã mouent, & paucissimi sunt nutrimẽti. Cras/
sa uero, ut Theræũ & Scybelites, nõ leuiter qui/
dẽ nutriunt. In ipsis quoq; discrimen est plus mi/
nús ue, crassitudinis proportiõe. Huius generis ui
nũ habetur, qđ Aegæ apud nos ac Perperina fe/
rũt, quarũ hæc Pergamo, illæ Myrrhinæ finitimę
sunt. Scybelites nec nõ Theræũ absolutæ dulce/
dinis est: Ciliciũ austerũ dulceq; simul, qđ etiam à
locis in quibus nascitẽ, Albates appellaẽ: sed quæ
C Aegis ac Perperinæ proueniũt, media inter hæc
sunt. neq; ẽm exquisitã dulcedinẽ, nec notabiles
adstringẽdi uires, sicuti Cilicium, in se habet: ni/
graq; hęc omĩa sunt. Nulla ẽm uina inuenies cras/
sa pariter ac dulcia quæ nigra nõ sint. Cũ itaq; mu
stũ ex albissimis uinis coxeris, & qđ siræũ uocãt,
hoc est sapam, cõfeceris (id apud nos hepsema ap
pellaẽ) nigrũ æque ac Theræũ colorẽ referet. ita
etiã Caryinũ se habet qđ dulce est, itẽq; Therinũ:
sed tamen hoc nec colore adeo nigro, & minore
dulcedine est, q̃ Caryinũ. Alba uina haudquaq;
dulcia sunt, sed alia austera & crassa, alia aquosa
ac tenuia. Ex flauis autẽ rutilisq;, nõnulla medio-
criter dulcia sunt, sicuti Hippodamatiũ, Faustia/
nũ, Falernũ: nonnulla omino dulcedine carent.
D Sunt autem his rubra crassiora. Et ex rubris, quæ
proxima colore ipso nigris sunt. Nutriunt autem
hæc omĩa crassitudinis proportione: eãq; ob cau/
sam, qui indigẽt refectione, ut dulce uinũ potent,
suadẽdi sũt, ac tũ præcipue cũ horũ iecur, lienq;,
& renes uitio careãt. Verũ cui crassus humor per
uenas redũdat, tenuis substãtię uinũ: cui frigidus,
acre & uetustũ: cui non frigidus, quod neq; acre
neq; uetustum sit, accõmodatũ est. Ad bonos au/
tem humores gignendos, odorũ præstantius, sed
tamen caput tentat. Tenue ciendæ urinæ magis
idoneum, capiti nullam infert noxã. Vitanda quę
crassa simul, maliq; odoris, gustuq; non grata &
austera sunt, quale est Byciũ, grandioribus uideli
cet testis nõ paruis cõditũ. Quod ẽm sumitur ex
his quæ

his quæ paruæ sunt, nec grauiter olet, nec insua/
ue, nec crassum admodum est, necq; item cū acer/
bo sapore astringendi uim habet: id nec boni nec
mali succi est, sed horū mediū censetur. Ex uinis
probatissimi succi Falernū habetur, potissimūq;
id quod dulcius. Eiusdem quoq; generis Tmoli/
tes existimatur, rutilum scilicet ac dulce. Nanq;
aliud ex hac ipsa specie & austerum est, necq; ęque
atq; illud bonū succū præstat, sicuti & alia omnia
quæ egregie austera sunt, quamuis laxum stoma
chum ac uentrem firment, ac tum præcipue, cum
calida intemperie affecti sunt. hac enim de causa,
atq; etiā ad alui fluctiones sistēdas austeris utimur
uinis: ꝑterea ad nullos alios usus ea accōmodare
solemus. Nā nec alimēti ipsius digestioni, nec san
guinis confectioni, nec bonis gignendi humorib.
nec facile reddendæ urinæ, nec eliciendis sudori/
bus, nec aluo deijciendæ quicq; cōmodi alimen/
tiq; afferunt. Sed non enitendū nobis nunc est, ut
bonitates omnes, uitiaq; uinorum recenseamus,
quæq; potissimū pro morborū qualitate differūt.
Quod ergo præsentis nostri est operis & instituti,
iterū sumamus, & per breuia quidē capita expli/
cemus. Corporibus itaq; intēperie uel naturali,
uel quoquo modo aduentitia biliosis, nec Faler/
num uinū, nec Tmolites rutilum scilicet dulceq;,
nec Ariusium, nec Lesbium odorū rutilumq; &
antedictis simile, idoneum est. Cūcta enim huius
generis uina calida sunt: proptereaq; nec biliosis,
nimioq; æstu, & ardore, fameq;, aut mœrore uexa
tis, nec itē ubi anni tēpus, regio, tēpestasq; calida
existat, danda sunt. Cōtra uero utiliter ijs dantur
qui calefaciendi sunt, utpote pituitosis frigidisq;
tēperamentis, crudiq; humoris copia refertis, tū
ijs qui frigidis in locis ociosius uiuunt. Dantur
quoq; in hyeme, frigidaq; & humida tempestate.
His itaq; omnibus rutilum dulceq; uinū accōmo
datum est. Contrarium uero ijs qui contrario mo
do se habent, atq; id quidem, nō quòd uitiosos hu
mores gignat, sed quòd eos qui refrigerādi essent,
calefaciat, capitisq; dolores & febres facile infe/
rat, neruosq; nōnunq; lædat. Ex rutilis autē illud
quod mediocriter dulce est, (nullum enim ex his
dulcissimū, sed paulo dulcius, et nigrius inuenies)
nō æque ac rutila ipsa calfaciēdi uim habet. Non
ergo ab re capiti neruisq; innoxium est, nec more
eorū quæ diximus, febres excitat. Quòd aūt cras/
sa uina dulciaq; aluū deijciant, nemini ferè ignotū
est, sicuti mustū: quod tametsi ægre cōcoquatur,
crassumq; succū, & inflationes faciat, aluum tamē
mouet, idq; boni duntaxat in se habet, quod si in/
terdum efficere non potest, mirū in modū nocet.
Inest autē cōmuniter uinis omnibus (his tamen
exceptis quæ nimis crassa dulciaq; sunt, quale est
Theræum & Scybelites) ut longo tēporis spatio
flauo colore perfundantur, quiddamq; igni simi/
le coruscans præseferāt. E nigris uina qualia apud
nos gignit Perperina, uetustate in rubrū, giluūq;
prius, deinde in flauum colorem transeunt. Albū
quoq; quale est Bithynum Aminæum, quod ubi

A inueterauit, Romani Cecubum uocant, cuiusmo
di fuerit generis, haud planè agnoscas. habet eñ
amaritiē quandā qua potui minus idoneū reddi/
tur. id tamen caupones cū recentioribus uinis ad
miscent, eaq; pro uetustis uendunt, atq; ita nōnul
los fallunt, qui in degustandis uinis non omnem
notitiam habent. Vitanda ergo quæ nimis uetu/
sta sunt, nimisue recentia. nanq; illa præter modū,
hæc nullatenus donec recētia fuerint, calefaciūt.
quæ ut aliquem usum cibis concoquendis affe/
rant tantū abest, ut ipsamet sint difficilis cōcoctio
nis. Præterea nec cōmode per aluum transeunt,
nec digeruntur, nec urinā mouent, nec sanguinis
confectioni, nutritioniq; idonea sunt. Sæpe etiam
(ut aqua) in uentre suspensa remanent, ut si paulo
B amplius ex ijs hauseris, facillime coacescant. Sed
ex recentibus uinis genus illud dūtaxat tutò ebi/
bitur, quod tenuis substantiæ est, sicuti ex Italicis
Gauranū, Albanum, & ex Sabinis Thuscisq; nō
nulla, ea enim non in uniuersum omnia eiusmodi
sunt. Aminæum quoq; quod in eo colle nascitur,
qui Neapoli imminet, cito ut bibatur idoneū red
ditur, quale est apud nos in Asia Tibinum, Arsyi
num, ac præterea etiā Titacazenū. Sed hæc exē/
pli gratia à nobis sunt posita. Nanq; ego uina hu/
ius generis apud omnes ferè nationes inueni, ue/
rū non ita facile ea nouerunt externi, duabus de
causis, uel ꝙ non ita multum uspiā abundent, uel
quòd longam nō ferant nauigationē, proptereaq;
à mercatoribus in exteras uehi prouincias nō pos
C sint. Huius autem generis uina facile dignoscun/
tur, primū tenuitate, deinde cādore, quibus cum
aqua potissimū quandā similitudinē habent. Gu
stu enim aquosum quidpiam sapiunt, nullasq; ad/
stringendi ualentiores uires habent, neq; uberius
dilui patiuntur, unde à priscis medicis ꝙ parum a/
quæ ferant, dicta sunt oligophora. & quēadmodū
rutila uina, cum calida potestate sint, replent pro/
tinus caput, sic quæ diximus, non modo capiti pe
nitus innoxia sunt, sed etiā leues eos dolores nō/
nunq; tollunt, qui ab humoribus in uētriculo col
lectis solent prouenire. Neq; enim caput tantum
modo tunc dolet, cū proprijs quibusdā uexatur
affectionibus, uerū quoq; cū halitus uaporq; ex de
prauatis uentriculi humoribus eò ascendit. Huic
D dolori leue, & parū aquæ ferēs uinum, quodq; exi
guam adstringēdi uim habeat, epotum succurrit.
Quæ uero omnino sunt exinanita, cuiusmodi a/
pud nos Tibinū est, & ex Italicis Sabina nōnul/
la, tanto his deteriora sunt, quę leniter adstringūt,
quanto sunt aquis præstantiora. Quin & aquę po
tio uitium præcipue in se habentis nonnullis ca/
pitis dolores infert. Nam & ipsa corrumpitur, &
naturale robur exoluit, quò fit ut ubi uentriculū
inualidum reddidit, in cauas eius partes ex reli/
quo corpore sanies quædam biliosa defluere con/
sueuerit, more eorū quos inedia premit: quibus sa
nè offensis noxisq; dictum uinum sui tēperamen/
ti ratiōe hominē actutū liberat, ac paulo post ubi
uentriculū firmauerit, quæ illi noxia sunt, ad infe/
riores

riores partes defert. His ergo qui natura aut æta- A
te calido admodũ sunt tẽperamento, aquæ potus
longe accõmodatior uino. Quod utiq; si necessa
rio interdũ adhibendũ est, sit quidem tenue, & le-
uiter austerũ. Ea etiam ratione esculenta poculen
taq; omnia non unicuiq; simpliciter sunt idonea,
sed distingui ad utentiũ naturas, aptariq; debent.
Vina quidẽ si distincte (ut diximus) species ipso-
rũ à nobis consideretur maxime: reliqua uero nõ
admodũ inter se differũt. Nunq; eñi uel Lenticu-
lam uel brassicã humectantis naturæ esse deprehẽ
des, sed minore alterã ad siccandũ efficacia, cũ hu
mectãdi potestate nullã. Ex Cæpis itẽ, Porris, Al
lijsq; nulla sunt quæ refrigerãdi uim habeant, sed
plus minúsue calefaciunt, neq; agrestis Lactuca,
Atriplex, Blitũ, Portulaca, calefaciendi facultatẽ B
habent, in his tamẽ plus minúsue non magnũ di-
scrimen recipit. at in uinis quod uetustissimũ est,
& Cecubũ, ut diximus, à Romanis appellatur, a-
deo ab albo simulq; austeritatẽ habẽte, necnõ re-
cente crassoq; differt, ut illud efficacissime calefa-
ciat, sensibilẽ hoc refrigerãdi uim habeat. Mellis
quoq; non parua differentia habetur. nã quod ui-
tiatũ est, tanq; mali odoris, gustuq; aliã qualitatẽ
admistã referens, mel quidẽ dici nõ debet. Synce
ri & uitio carẽtis mellis discrimina hæc sunt, plus
minúsue dulcedinis & acrimoniæ in se habere.
Dulcissimum acerrimumq; eximiæ æstimationis
est: sed cuiuslibet generis mel calefaciẽdi uires ha
bet, sumptumq; à calidis corporibus facile in bilẽ
conuertitur, idq; in omni melle cõmuniter inest: C
propterea pituitosis admodũ naturis, ætateq; &
senio confectis, utiliter datur, frigidis quoq; mor
bis accõmodatum est. Acetum mulsum sanitatis
tuẽdæ gratia ætatibus naturisq; omnibus utilissi-
mũ, siquidem obstructiones omes discutit, adstri-
ctosq; meatus ita aperit, ut nulla in parte crassi
glutinosiq; humores deprehendantur. ea propter
eius generis medicamina, quæ medici salubria uo
cant, tenuandi omnia in se potestatẽ habent, tutio
raq; ad bonam tuendam ualetudinẽ censentur, q̃
quæ crassiores humores reddunt, sed bonã habitu
dinẽ roburq; efficere non possunt. Quin & non-
nulli incertam potius & non tutã sanitatẽ expe-
tunt, dummodo bonã corporis habitudinẽ asse-
quatur, q̃ gracili semper & imbecillo corpore fir D
missima sanitate frui: sed ex his qui bonæ habitu-
dinis ac roboris sanitati studẽt, alij suismet corpo-
ribus uacant, alij eam sibi proponũt uitã, quæ uel
militiæ, uel ciuilibus occupationibus dedita est,
noctuq; exurgere, totaq; die necessarijs rebus in-
* seruire cogunt. Sed ex his qui poterit ante balnea
exerceatur, quodq; gymnastę apotherapeuticon,
quasi recuratorium dixeris uocant, adhibeat. Sed
pleriq; negocijs impliciti hoc nequeunt: propte-
reaq; fieri non potest, ut bene semper se habeant,
& si modeste sobrieq; cibum sumant. Qui uero
quoad possunt, quæ ad bonã tuendam ualetudi-
nem agenda sunt, nõ omittunt, rarò morbis corri
piuntur. Ab his ergo uberius nutriẽs cibus cras-

sosq; humores gignens, necessario sumẽdus est,
sed cũ moderatione quadam, eo præsertim tempo
re, cũ euidens illos necessitas cogit: at omnino in
posterũ mediæ materiæ cibis, nec parcius uideli-
cet, nec copiosius nutrientibus utantur. Vitanda
penitus quæ uitiosi succi sunt, præter quã æstate,
cũ languentiũ corporum siccitati & calori succur
rendum est: his enim hoc ipso tẽpore Mala, Pru-
na, Cerasa, Moraq; idonea sunt, itẽ Cucumeres,
Pepones, Melopepones, sed parcius his uti debe-
mus. Dantur quoq; Præcocia, Persica, & quæ à
Romanis Melce dicitur, refrigerata tamẽ, nec nõ
spuma lactis quæ à Græcis Aphrogala nominat̃,
atq; etiam cibaria ex lacte confecta, quale est, qđ
Argyrotrophema appellant. Ficus itidẽ frigidæ
& cucurbitæ ita affectis accommodatæ sunt. Sed
moderatus uir ac prudens, in æstuosis quos dixi-
mus laboribus, alium adhibebit modum, ad refri
gerandam humectãdamq; corporis siccitatẽ. Ex
balneis nanq; rediẽs, epota prius aqua, mox uino
mediocriter aquoso, ijsq; per uomitionẽ reiectis,
Lactucam edat, quæ innoxia est, simulq; refrige-
randi uires habet: sumat post ea suillos Pedes be-
ne decoctos ex aceto & garo, itemq; Alas gallinæ
uel anseris, & eiusdem etiam Ventriculũ, nec non
Pisces nonnullos frixos ex his qui molli sunt car
ne: danda itẽ ex oleribus quæ mali succi nõ sunt,
sicuti Malua, Cucurbita: uinum postea ubi frigi-
da aqua ualde dilutum sit: potet. Ante id tamẽ ali
quid, uel ex Salsamentis, Ouisq; tremulis, uel ex
Piscibus ex oleo & garo sumi potest. Sed melius
(ut dictũ à nobis est) calori siccitatiq; corporis ge
lida aqua succurritur: uitandaq; semper mali suc-
ci cibaria sunt. Idem quoq; frigida Alica præstat
ex mulso uidelicet uinoq; frigida sumpta, maliq;
succi nihil in se habet. Sed mihi sæpius similes æ-
stus & calores perpesso Ptisanæ cremor bene re-
frigeratus, satis fuit, per id scilicet tẽpus, quo quis
piam commode (ut modo dixi) frigida aqua usus
est. Sed alter alteri refrigerãtis cibi potusq; sit mo
dus. Nam nonnulli cum niue uti soliti sint, ea ipsa
refrigerantur, alij aqua fontana, cum hac etiã utã-
tur, quibus niue minime opus est: sit quoq; dilutũ
uinum præfrigeratum, (sic enim eius generis ui-
num à medicis appellatur, quod uase exceptũ, tũ
in gelidissimam aquam iniectum prius refrigere-
tur.) Sed hæc illis præcepta traduntur, qui in eo
uitæ genere uersantur, quæ assiduis occupationi-
bus impeditur, ut qui regendis populis & admini
strandæ reipublicæ præsunt, horumq; potissimũ
satellites & ministri. Itidem quoq; se habent, tum
quos bellicus labor exercet, tum quos uiarum &
itineris lõgitudo fatigat. Qui uero huiusmodi ne
gocijs uacui solutiq; sunt, si exercitatione uti so-
lent, quam rarissime frigido egent potu. Qui mini
me exercentur, summa æstate cũ uehementi calo-
re urgentur, fontis aquam bibãt, niuisq; usum ui-
tent. hæc enim quãuis protinus nullam iuuenum
corporibus sensibilem læsionẽ inferat, sensim ta-
men occulteq; crescente uitio cum iam ætas pro-

gressu temporis inclinarit, articulos, neruosq́;, & uiscera ijs morbis uexat, qui uel difficulter admodum, uel omnino tolli non possunt, neq; id quidem temere. nãq; ea pars corporis quæ natura imbecillissima est, à lædente quolibet patitur. Quòd autem uitiosi humores, morbiq́; gignantur, cruditas assidua maxime in causa est, siue ea ex boni siue ex mali succi oriatur cibis. Sed id euidens palamq́; est, eam scilicet cruditatem longe alijs deteriorem esse, quàm uitiosi succi cibaria effecerunt. Quæ cum duplici modo se habeant, si tenuẽ quidem succum reddunt, acutos morbos cum maleficis quoq; febribus inuehunt, succorumq́; uitio in unam duntaxat particulam decumbente, tunc erysipelata, herpetes, aliæq́; affectiones calidæ oriuntur. Si uero crassum succum efficiunt, articulorum, & renum uitia (Græci arthritidas & nephritidas uocant) podagræ, anhelationes, tum lienis iocinorisq́; scirrosi affectus gignuntur. At quibus malus corporis humor melãcholicus fuerit, cancri, lepræ, scabies, quartanæ febres, nec non atrę biles, cutisq́; uitiatus & ater color, cum lienis itidem tumore fient. Horumq́; permultis ex hoc ipso humore nigri uarices, & hæmorrhoides accident. Sed ex multis humoribus mistæ affectiones proueniunt, ut herpetes, & phagedænica ulcera, atq; item malefica omnia quæ Cacoethe appellant, & eius generis acutæ febres, quæ denuo ad tempus reuertantur.

CL. GALENI IN LIBRVM DE SALVBRI DIAETA COMMENTARIVS.

HERMANNO CRVSERIO CAMPENSI INTERPRETE.

VNus hic liber peculiarẽ habet titulum, ut totius præsentis libri pars prima, ubi de natura humana sermo habetur. Nam in illo, quod receperat, pręstitit omĩbusq; numeris absoluit. Et hic quæ instituit, toto opere tradit. Vnde uniuersus liber, exceptis illis q̃ his duobus libris interposita sunt, conuenientem sibi inscriptionẽ sortitus est, quidam de Natura humana, & Diæta fecerũt. Atq; ut est prorsus liber de humana natura inculpatus, omnino autẽ quæ inter duo hæc uolumina irrepserunt, reproba: item liber de salubri diæta, ferè caret uitio, ubique cũ Hippocratica elementorum institutione coniuncta: sunt tamen eius loca, cæterũ admodum pauca, quæ non absunt à uitio. At esto, quod multis probatum est, Polybi.

Idiotæ hac debent diæta uiuere.

Ecquos idiotas appellat, huius libri interpretes, in quæ quidem incidi commentaria, præterierunt: nec unq; ex præceptoribus meis, cum librũ prælegerent, quæsiui. Nunc quando commentarium in ipsum statui scribere, male prætermissum à meis pręceptorib. iuxta atq; interpretibus quosnam dicit idiotas, animaduerti. Nempe eñ hoc in confesso est, quam infra diætã tradit, hanc Polybũ nõ omnibus hominibus, sed solis præscripsisse idiotis. Atqui hoc libro si solis priuatis consuluit, parũ recte interpretes libri indistincte acceperunt, quasi ad omnes in cõmuni homines sit habitus sermo. Inuenimus enim ἰδιώτας à Græcis appellari nõ simpliciter, sed in relatione ad aliquid. Nam hunc esse huius idiotã artis aiunt: illũ illius A exercitij. Est cũ hos opponant illis, qui genti aut oppido præsunt, aut omnino publicũ aliquod munus obeunt: itaq; qui ueluti priuatã uitam agunt, idiotas hos, id est, priuatos appellant. Equidẽ cũ mecũ cõsiderarem, ecquos de his Polybus uocet hoc loco idiotas, Athletas illũ existimaui à cæteris hominibus aperte separare: quando quidem unam illi diætam in pane constitutam, & carnium esu habent. Ab his, qui militant, aut peregrinantur, aut etiã pugnant, quibus non est delectus habendus, quibus cibis uesci, aut nõ oporteat. His enim uti cogitur quisq;, quorũ datur facultas. Prętere, qui quoquo modo festinanter faciunt iter, B nequeũt ullo modo, ut dictat Polybus, rationem habere uictus. Et breuiter, quicunq; negocijs publicis distinentur, aut uitã degunt quã uocãt πρακτικόν. Quare ad hos solos, qui sibi uiuũt, quos priuatos uocant, diæta, quam tradet, spectat.

Hyeme præ cæteris plurimum comedendum, bibendum quam parcissime. Et potus esse uinum debet quam meracissimum: cibus, panis: obsonia, assa omnia. Oleribus hac tempestate præter cæteras paucissimis utendũ: nam hac potissimũ ratione corpus calidũ & siccũ fit.

C Summa totius narrationis cõmemorata, recte ad finẽ orationis adscripsit, qua de causa singula, quæ dicta sunt, pręscribat. Etenĩ calfacere corpus & siccare instituit, adductus tẽporis immoderato tẽperamento. Quòd si moderatũ fuisset, ut uere est, moderatã seruare diætã mandasset: conseruanda siquidẽ moderata sunt: quæ modum excedũt, immutanda. Iam mutatio nõ nisi ex cõtrarijs fiat immoderatis. Nam quod ultra modũ corpus, aut iã est calfactũ, aut calfit, refrigerari quærit. Quod uero est refrigeratum, uel refrigeratur, calfieri. Si

mili

mili ratione in immoderata humiditate & siccitate morbiferas excellentias contrarijs admouēdis repellere oportet. Ac cōtrariam immoderationē applicare debemus, quæ hactenus à tergo medium & mediocre relinquat, quatenus ab illo recessit morbifera. Quocirca bruma, quia temperamento est frigido & humido, conducit quamplurimum cibi sumere: bibere autem omniū parcissime. Plurimum hic non ad facultatem referes, sed ad cætera tēpora. Itidem bibere omnium parcissime, compones cum reliquis temporibus. Eodem est modo dictum, esse uinū meracissimū debere, præ eius alijs temporibus mistione. Veruntamen ad uiriū modum, præsentemq́ usum, moderaberis uinum & cibum offerēdum: sic etiam somnū, gymnasia, & in summa, quæcunq́ à medicis exercitia appellantur. Nam uinum quidem meracissimum, & assas carnes calfacere simul & exiccare, si cum maza & oleribus conferantur, quis est qui ignorat? Et panem item præ maza calfacere dixeris & siccare. Atq́ hæc quidem authorē attulisse ueluti exēpla duces. Tu porrò legumina deliges, quæ calefaciunt & exiccāt, ut lenticulam. Præterea de oleribus, quæ hac sunt facultate prędita, ut brassicam: sic ex carnibus, quæ syluestrium sunt animantium, & sale conditæ. Sed & mihi quoq́ hæc sunt pro exemplis dicta. Nam solida per se alimentorū sylua tribus commentarijs, qui de facultate alimentorum inscripti sunt, constat. Itaq́ quē admodum rectè sunt hæc de cibis in qualitatibus deligendis & uitandis dicta, sic quæ de modo tradidit. Nam cibi, præut alijs temporibus, plurimū hyeme concedemus, memores probe in Aphorismis esse dictum: Aestate & autumno cibos difficillime ferunt: hyeme facillime: secundum locum uer tenet. Quòd sicui, qua de re hæc fiant, cognoscere cordi sit, docuit & hoc in Aphorismis, his uerbis: Ventres hyeme & uere calidissimi sunt, quòd aer id temporis frigidus intrò arceat densando, & in penetralibus corporis concludat naturalem calorē, qui æstate perspiratione digeritur. At respiratione aer attrahitur calidus. Respirationē uoco, cū spiritus intrò & foras per os fertur. Perspirationem, quæ per totum corpus perinde fit.

At Vere ineunte, amplius potandum & dilutius est, ac paulatim. Sunt præterea sumendi molliores cibi, paucioresq́, atq́ panis subtrahendus, mazaq́ exhibenda, tum obsonia eadem ratiōe. Iam etiā assa elixis cōmutanda, ac oleribus iam in uere paucis utendū, dum æstatem homo attigerit, tū cibis omnibus utendū mollioribus, obsonijs elixis, olerib. iuxta & crudis & elixis, poculis multo dilutissimis & plurimis, & ut ne magna mutatio sit subito utēti.

Ampliorem dixit, & dilutiorem, non plurimū, & dilutissimum uere potum esse offerendum. Nā plurimum & dilutissimum æstate iubet, quæ contrarium hyemi temperamētum habet, bibere. At uer ut medio est inter extrema temperamento, ita mediam requirit diætam, frigidiorem illam quidē & humidiorem, ratiōe hyemis, calidiorem & sicciorem, æstatis ratione. Proinde ex his planū est, quomodo quam tradidit seruandam æstate & autumno diætam, interpretari debeamus. Quare id quidem mihi prætereundum est. & lectoribus sæpius seduloq́ attēdentibus dicta oīa clare sunt, ut hactenus quæ habita sunt, nullum desiderent interpretem.

Aestate maza molli nutriri, & potu diluto simulq́ multo, tum obsonijs omnibus elixis oportet. Atque his ita, ubi sit æstas, uti debemus, quo frigidum sit & molle corpus. Siquidem tēpestas calida est & sicca, corporaq́ reddit & adusta & squalida. Quare his ratiōibus obuiādum est. Eodem modo, ut ex hyeme in uer, ita ex uere in æstatem cū deuenitur, cibum deducere, potum autem augmentare oportet, atq́ in eum modum annū cōplendo, ex æstate in hyemem peruenire. In autumno contra, cibi maiori copia, & licciores exhibēdi & obsonia eadē ratione. Pocula pauciora, ita ut meraciora, ut cum hyems commoda sit, homo perpetuo potu utetur meraciori, & pauciori, & cibo quamplurimo & siccissimo: nam ita in primis ualebit, minimeq́ rigebit. Tempus enim hoc magnopere frigidum & humidum est.

Quæ in pręsentia tractant, ita sunt dissecta, nec ullū desiderāt, qui ipsa interpretetur: ꝙ omnibus plana fecit Polybus, nec ullam quęsiuerit puram methodū: cæterū ut sunt scripta, ita accipiuntur.

Habitibus corpulētis, & multū mollibus, & rubicūdis, toto ferè tēpore uti uictu sicciori ex usu est: humida enim est illorum natura.

Quemadmodum temporum differentię aliam atq́ aliam rationem uictus denunciant, sic habitus corporis: ad quos nunc, absoluto de temporibus sermone, descendit. Et ut accōmodatam diætam demōstrauit in temporibus, sic in corporum formis. Nam corpulenti, molles, & rubicundi, tales ex temperamenti humiditate euaserunt. Qui contra ac hi constituti sunt, de quibus mox aget, ex siccitate. Quamobrem conuenit humidis siccior uictus, siccis humidior. Quæ si rectè sunt dicta, neminem latet, temperatos decere diætā temperatam. Atq́ temperatos uoco, quos nec corpulentos, nec graciles, sed appellant quadratos.

Duri, graciles, rufi, & nigri ferè semper uictu debent uti humidiori. Siquidem corpora horum sicca sunt.

Temperamentorum notas in commentarijs de temperamentis omnes ſcripſi: ubi τοὺς σκληρούς, id eſt, duros, & τοὺς προσεσταλμένους, hoc eſt graciles eſſe temperamenti ſiccioris docuimus: ſic nigros quoq;. At rufos non diximus ſicco temperamento eſſe, cæterum hos, qui illis ſunt colore finitimi, quos flauos nuncupant, quando & flaua bilis eſt tẽperamento ſicco. Verum quidam ſcriptores minorem in uocabulis uſurpandis diligentiam adhibentes, committunt, ut rerum doctrinam confundant. Atq; ſic nõnulli Germanos flauos uocant, qui flaui tamen non ſunt, ſi de nomine exactam rationem ineas, ſed rufi. Quod eſt huius reliquũ orationis, tum uere, tum clare eſt dictum.

Corporibus iuniorib. utilis uictus eſt mollior & humidior. Nam hæc ætas ſicca eſt, & corpora etiamnum ſunt concreta. Senes uero ſiccior uictus plerũq; decet, quod id ætatis corpora humida ſint, mollia, & frigida.

Hic ad ætates tranſit, ubi diuiſionem non plenam fecit, qui eas non in quatuor differentias ſecauerit, ſed in duas tantũ: cum deceret, ſiquidem ætatum temperamẽta rationis uictus ſtudebat indices habere, ſicut tẽperamenta quatuor ſunt, ſic diſſecare ętates in quatuor, ac humidam & calidã ſtatuere puerorum, ſiccam & calidam adultorũ, ſiccam & frigidam eorũ qui ætate inclinata ſunt, humidam & frigidam ſenum. Sed puerorum ætatem merito eſt par eſſe humidam, ꝙ incrementũ incidere in aliud tẽperamentũ poſſit nullum. At ætati adultorũ, quandoquidẽ plus iuſto calida eſt & ſicca, utilis eſt contrariæ diætæ uſus: id quod etiam ad ætatem ſpectat inclinatã & uergentẽ. Verum de ætate ſenũ magna eſt quæſtio, quam neglexerãt propè omnes: de qua paulo inferius, poſteaq; ætates ſatis expoſuero, uerba faciã. Si nãq; pueri plus habent citra controuerſiam, ut humiditatis, ꝙ eſt ex uſu inculpate ualentibus: ita caloris (neq; em̃ ſimpliciter ſunt, ut adulti, calidi: ſed natiuo calore, qui temperatus eſt, qui in bono ſanguine conſiſtit) ætas quæ inter pueros intercedit & adultos, quæ epheborũ eſt adoleſcẽtulorumq; optimo fuerit temperamento. Atqui optimũ quãdo medium eſt, uictus ętiam medio eſſe temperamento debet: ut, neq; humidius eorũ corpus, neq; ſiccius, neq; calidius, uel frigidius reddamus. Veruntamen corpus puerorum, quanq; habeat plus humiditatis, ꝙ ſalubris habitus poſtulat, nihilo magis eſt ſiccandum: alioqui incremento prohibeas illos. Sed iam quia ſenes nonnulli eſſe humidos uolunt, alij ſiccos, atq; id utriq; indefinite, faciundum nobis eſt, ut partim illos eſſe ſiccos, partim humidos declaremus: qđ in cõmẽtarijs oſtẽdimus de tẽperamentis, ubi ſolidis corporis partibus eſſe declarauimus ſiccos: ſed excremẽtorum quia ex temperamenti frigiditate copia abundãt, hactenus dicũtur humidi. Vnde ſi ſpectes utrũq;, contraria & duplex ab hac ætate indicatio exiſtit

A medicis: ꝙ ob ſolidarũ partiũ ſiccum tẽperamentum, humectari deſiderent: rurſus propter affluentiã humidi excrementi, deſiccari. Itaq; quonã modo utriuſq; poſſis rationem habere, abũde in opere de tuenda ſanitate diximus. Hoc loco ſatis ſit ſummã illorum, quæ illic ſcripſimus, retuliſſe. Cibus, potus, & quæ reliqua ſunt, ſpectent humidũ & calidum, quaſi ſenũ ſolidæ partes corporis, quę ſolæ recte partes uocantur, humectandæ & calfaciendæ ſint. Rurſus reſpiciẽda eſt uacuatio pituitoſorũ excremẽtorum. Quare ſi ex opere de temperamentis colligas, & uia ſciẽtiæ diſcas propriũ ſenum temperamentum eſſe frigidum & ſiccum: acquiſititia autem humiditate eſſe præditos eos, ꝙ multa illis excremẽta pituitoſa generãtur: dein

B de illinc profectus ad cõmẽtarios de ſanitate tuenda, diſcas quoq;, qua ſint uictus ratione nutriendi ſenes, clare perſpicies, quod hoc loco eſt obſcurũ. Neq; enim in duo erat humana uita diuidunda, neq; ſenũ dicẽda corpora humida & mollia, neq; uictus eis ſicco tẽperamento imperandus. At uero iuuenes cũ dicat corpore eſſe concreto, & tẽperamento ſicco, conſtat ſolos adultos eum dicere, hoſq; appellare iuuenes. Proinde puerorũ præterijt, & inclinatã ætatẽ, atq; ut equidem dico, præterea temperatiſſimã, quæ media eſt inter pueros & adultos. Atq; adeo deprehendimus ſuũ ſibijpſi eſſe ſuſpectum ſermonẽ: neq; enim uno uerbo dixit, eſſe ſenes ſicco uictu nutriendos, ſed addidit, plerunq;, quod eſt perinde, ac nõ ſemper: id quod

C nec habitui corporis, nec alteri adiecit ętati. Nam ſuus cuiq; corpori eſt uictus ſemper deligendus.

Quare pro ætate, tempore, & habitu, eſt uictus nobis ineunda ratio, obuiandumq; conſtitutionibus, ęſtibus & hyemibus: nam ita demum optima ſanitate degemus.

Hæc in ſumma dixit autor cum clare, tum uere: quæ ſæpe nos, & multis locis explicauimus.

Et iter facere hyeme uelociter debemus, ęſtate lẽto gradu: niſi ſub ſole iter faciendum eſt.

Quo pacto iter faciẽdũ ſit ſingulis tẽporibus, docet. Nam eſſe hyeme eligendã ambulationem ſiccantẽ & calfacientẽ: æſtate cõtrariã ſpectandã:

D niſi ſub ſole, inquit, iter faciendũ eſt: tũ em̃ feſtinato opus eſt, quò liberemur ocyus ſiccitate & calore, quæ corpori in itinere eiuſmodi comparantur.

Corpulentis ocyus eſt iter faciendum, gracilibus lentius. (Multis lauacris æſtate utendũ, hyeme minus multis. Gracilibus cõuenit plus balneum, quàm corpulentis.)

Celer motus augendo plurimũ calore corpus colliquat, in motibus uero remiſſiorib. calor mediocris ſanguificationi & nutritiõi prodeſt. Quãobrẽ animãtibus, ut bene nutriãtur, adiumẽto eſt.

Veſtes hyeme mundæ ſunt induẽdæ, æſtate oleo infectæ.

Quid

Quid ſcriptor magis congruũ, ꝙ quod omnes A
attulerunt interpretes, intellexerit, ipſe uiderit.
Quòd ſi mundas, quia magis calfaciunt, aut hali-
tus non interpellant, ideo uult hyeme indui: & in-
fectas oleo, ꝗ aut refrigerãt, aut halitum obſtruũt,
non probo orationem. Nam mundæ ueſtes, quæ
denſo contextu ſunt, maxime ſi lacernæ ſint, refri
gerant; quo eſt harum cõmodior uſus. Nam oleo
quidem infectæ, planè ſordidę ſunt. Neq; eſt quiſ-
quam hominum elegantium, qui ueſtiri tam ſpur
cè ſuſtineat, idq; æſtate: cum etiam temporis diu-
turnitate plus calfaciant oleo infectæ, ꝙ mundæ,
licet primo concurſu ſint frigidiſſimæ.

Craſſi, qui tenues eſſe uolũt, ieiuni exercita-
tiones cunctas ſubire debent, & cibum adhuc B
anhelãtes ſumere, hauddũ refrigerati, & prius
uinũ bibere dilutũ, non admodũ frigidũ: præ-
terea obſonia ſeſamis parare, & condimentis,
alijsq; id gen⁹. Ac obſonia maiori copia ſumã
tur. Nã ita pauciſſimis bellarijs ſaturabuntur.

Quod poſtremo loco oratiõis eſt dictum, Nam
ita pauciſſimis ſaturabãtur: quidam de omnibus
prædictis pronũciari uolunt: quidam de obſonijs
tantũ, quæ ſeſamis, & ſimilib. uult condiri, alijsq;
multis. At quę prædicta ſunt, hęc ſũt. Ieiunũ exer
citare: qđ quidem aperte uacuat, ut replet à cibo
exercitatio. Ad hæc ab exercitationibus anhelan
tes cibum ſumere, nondum per halitum eorũ ca-
lore digeſto, aut refrigerato corpore: quã cauſam C
eſſe, quo quis celeriter impleat̃, liquet. Si uero a-
lia ratiõe id huius libri autor uult extenuare, nos
præterit. Hoc certe noui, iſtud in cauſa fuiſſe, cur
multis uiſcera ſint oppilata, in primis iecur: ut etiã
à cibo uehemẽtes exercitatiões. Præterea his, qui
habent in iecinore arctos tranſitus alimenti, laua-
cra obſtructiones creãt. Sed hæc omnia unà cũ di
ſtinctis priuatim explicationib. in opere de ſanita
te tuẽda ſum perſecutus. Reſtat ut dictionẽ ipſam
conſideremus, in qua ait: Et prius uinũ bibere nõ
admodũ frigidũ: atq; ita orationem inſtituit, quaſi
frigidũ eſſe illud, nõ admodũ tamẽ frigidũ iubeat.
Cęterũ nõ ita ſtatim uult ab exercitationibus bibi
uinũ, ſed prius aquam, quẽadmodum athletæ do
cti experientia faciunt. Quippe uinũ caput tẽtat, D
ſi uel mox à balneo præ omnibus alijs cibis & po
tibus bibatur. Non tamen frigidæ poſt exercita-
tiones potio, niſi calidam præbibas, noxa uacat.
Offendit em̃ & hæc nõ obſcure uentrẽ ac iecur,
nonnullis etiã neruos. Iam corpus etiã auget fri-
gidũ uinũ, & autor id reſoluere uult. Niſi forte ali
ter erat ſcriptũ, & ſit lapſus qui deſcripſit, (Nam
talia etiã hodie multa cernunt̃) qui pro nõ omni-
no calidũ, ſcripſerit, nõ admodũ frigidũ. Etenim
qui anhelãtibus adhuc præbere alimentum uult,
corpore multis uaporibus oppleto, cũ uini potio
ne calidi magis illos repleret, qđ magnopere cali
dũ non ſecus ac frigidũ cogẽdo uentri atq; cõten
dendo cõparatũ ſit: nõ cõmittet ut iſtud faciat.

Et ſemel tantum cibum ſumere, ſuperſede-
re balneis, duriter cubare, nudusq; obambula
re, quoad eius fieri poteſt.

Rectius diceret parũ cibi ſumere, ꝙ ſemel tan-
tum cibum ſumere. Sunt enim, qui ſemel dunta-
xat cibũ ſumũt, & longe plus comedunt his, qui
bis. At uero ut balneũ corpus calfaciendo, maxi-
me foris, ad digeſtionẽ refert, & digeſtorũ appoſi
tionem: ſic ſi non laues, contrarijs cõmodes. Iam
durum cubile ſolicitat corpus, cõprimit, conſtrin
gitq;: itaq; eius in omnem partem incrementũ in-
terpellat. Eadem ratiõe nudum deambulare om-
nes ad cutem attinentes partes refrigerat, tum ue-
ro in altum & uiſcera calorem impellit, ut probe
quidem coquantur cibi: cæterũ quo minus quo-
quouerſum permeent, obſtat.

Ediuerſo qui ex tenuibus craſſiores uolunt
euadere, omnia hi cõtra ac illi inſtituere debẽt,
nec ieiuni quenquam laborem ſubire.

Contraria his, quæ obeſis præſcribebãtur, hęc
ſunt. Anhelantes non ſumere cibum, ſed ubi iam
naturaliter reſpirauerint. Neq; ſemel tantũ cibum
ſumere, uerum iterũ aut ter comedere. Qui uero
contra facit, ac illi, qui balneis abſtinent, lauabit
bis: ut tamen ſemper in primis tẽpus à cibo, ſecun
do balneo tribuat, interim etiã primo. Ita exercita
tiones quoq; breues & remiſſas obibit, easq; à ci-
bo. Eadem ratione molliter cubare, nec nudos in
aere uerſari his conducit. Quæ cauſa eſt, cur athle
tæ quaſdã ſtatuunt exercitationes, quæ conſiſtũt
in hoc, ubi complexibus, uel toto corpore pugna
tur, πλοσάπτειν & σωματομαχεῖν ipſi uocant, in
his quibus parare corpus ſtudent, uitantes, ne nu
do eos corpore exercitẽt, nec complexu. Contra
quos extenuatos uolunt, celeri exercitatiõe, ac ci
tra primum complexum exercitant.

Vomitus oportet & uẽtris cataclyſmata in
hunc modum uſurpare. Sex brumalibus men
ſibus uomere: quia id tempus æſtiuo eſt pitui-
toſius, & morbi caput tentant, & regionem ſu
pra ſeptum tranſuerſum. At æſtus ubi uigeãt,
uti cataclyſmatis, quippe hoc tẽpus torridũ eſt,
& corpus bilioſius, & grauitates lumbos, & ge
nua afficiũt, calorq; urget, præterea fiunt in uẽ
tre tormina. Quare corpus oportet, & quæ ele
uantur deorſum ab his locis ſubducere.

Ecquæ uocet cataclyſmata, ex his quę ſequun
tur, autor oſtẽdit: hæc em̃ dicit, quæ lacte cõſtant,
& ex ciceribus elixã aquã, ſalſuginẽ, & aquã ma-
rinã. Nam alia horũ ſunt purgantia medicamẽta,
quæ totum corpus uacuãt. Quare ut balneatores
purgare ſe balnea dicũt, cũ ab illorum lapidibus
cœnũ abſtergũt, & ſordes: ita uentris & inteſtino-
rũ cataclyſmata pituitã eis & bilẽ abluũt. Quãdo
igit̃ hyeme generat̃ in uentre pituita, autor nobis

est, ut pituitã uomitib. expurgemus. Et bilẽ ęstate A innatantẽ, retrahamus deorsum. Verũtamẽ uniuersum corpus si purgare instituas, ęstate per uentrem superiorẽ, hyeme ꝑ inferiorẽ purgabis, ut est in Aphorismis relatũ. Nã quæ in præsenti abũdãt, his medeberis purgatione, ut tamẽ ꝑ loca quò uergũt, purgationẽ instituas. Siqdẽ ducẽda sunt, quò tendũt, ꝑ loca accõmodata. At qbus, ne augeant̃, uelis obsistere, per contraria loca retrahere debes.

Administrentur cataclysmata corpulentioribus & humidioribus salsiora, & tenuiora: siccioribus graciliorib. & imbecilliorib. pinguiora, & crassiora. Cataclysmata, pinguia & crassa sunt, q̃ lacte cõficiũtur, & ex cicerib. aqua elixa, & id genus alijs. Tenuia uero, & salsa, brassica, B & aqua marina, et quæ eiusmodi sunt.

Quæ magis incidunt, corpulentioribus iubet præberi, ꝙ pituitosiores hi sint: leniora uero gracilibus: nã sunt hi biliosiores. At uero quæ sint materię utrorũq; ipse subijcit: q̃ quia interpretẽ nõ requirũt, ideo his ꝑteritis, ad ꝓxima me conuerto.

Vomitus autem hoc modo irritare oportet: homines obesi, ieiuni uomant, currendo, aut celeriter eundo meridie.

Vult crassis, qui uomituri sunt, corpus excalfactum, quò succi pituitosi, quo plurimo crassi abũdant, liquescant. Quinetiam omnium apertio uasorum, & angustorum meatuum raritas hac maxime ratione paretur. Faciunt autem hęc omnia C ad facilem & minime molestum uomitum.

Sit hyssopi quadrans contriti in congio aquę, quẽ ebibat, acetum affundens, & sal aspergens, quo sit iucundissimum.

Incidentẽ esse potionẽ uelle illũ, & qua de causa, non est obscurũ. Nanq; homines crassi quãdoquidẽ humoribus sunt præditi prorsus crassis, & frigidis, ijsq; nõnullis lentis, ideo potionẽ eorum discutientẽ uult esse. Cæterũ quantã potiõis, quã præscribit, copiã porrigat, non habeo exacte dicere: ꝙ mensura, quẽ congium uocant, non sit apud omnes eiusdẽ capacitatis. Si atticum congiũ imperat bibere, nõ mihi ille mos placet, multũ enim esse uidetur mihi. Erat tamẽ maioribus solenne, D siquando uel lactis sero, uel eiusmodi purgatione utendum statuissent, magna copia offerre.

Bibat tardius primum, deinde uelocius.

Nam à primo si affatim bibisset, cõtinuo uomeret priusq; omne ebibisset, atq; succos in uẽtre cõtentos absterget, quos cũ unà effunderẽtur, quos primę uenæ habẽt. Sin autẽ primo lentius, postea omnino bibat largius, ea ratione fiet, ut mediocri tẽpore cõtinere possit, atq; in tẽpore impetum ad uomitũ capiet, quod tandẽ magis affatim bibat.

Graciliores, & imbecilliores à cibo uomitũ prouocent hunc in modum. Calida loti præbibant meri heminã, mox omnis generis cibos ingerant, nec in comedendo bibãt, nec à cibo, sed cõtineant se, dum quatuor stadia quis progrediatur. Deinde illis in potum triplex uinũ miscebis, austerum, dulce, & acidum: primum meracius, & paulatim, tractimq;: deinde dilutius, celerius, & affatim.

Calida lotũ, præbibere mandat poculũ meracius, hac, ut cõijciamus, inductus ratione: Calido balneo totũ corpus calfit, humores colliquant̃, uasa euadũt laxa. quæ & ipsa uinũ meracius præstat, eadẽq; opera uiribus robur cõciliat, cuius habere maximã rationẽ in gracilibus uidet̃. Mox, inquit, omnis generis cibos ingerãt; cuius nõ eandẽ omnes rationẽ, qui hunc librũ enarrauerunt, scripserunt. Nam quibusdã de illis uarios cibos offerre uidet̃, ꝙ inter sese mutuo dissidẽtes, minori negocio uomitũ cieãt. Alijs, quò plus ingerant: quippe simplices, & unius speciei, mox saturãt. Præterea non illis concedit statim bibere, ut cibi statim ne supernatent, qđ cauet. Et ne istud accidat, tẽpus etiam constituit interea, quod cõmorentur, nutritioni sufficiens. Ipsumq; adeo tẽpus pronũciauit, dũ quatuor stadia quis progrediatur. Quæ postq; ita præcesserint, dat bibere uina tria, quæ inter se sunt diuersis qualitatibus. Nã ex his uinis hoc esse austerũ uult, illud dulce, aliud acidũ. Sed hoc etiã loco causam reticuit, quãobrem id pręscribat. Qui uero ad eius sensum diuinationibus aspirãt, dicũt austerũ ipsum administrare ob instrumentorũ, per quæ uomet̃, robur: dulce, ut uomitũ concitet, ad hæc ꝙ fundat humores dulce uinũ: acidũ, ut abstergat, quæ uẽtri sunt infixa. Forte uero & cibos illis præscripsit diuersis qualitatibus, ut hi uentrẽ cõfirment, illi uomitũ irritent, alij succos abstergãt impactos. Verũ qđ frequẽter in sodaliũ meorũ & amicorũ cæterorũ cõgressibus dico, nõ tacebo in pręsenti. Nõ paruũ esse istorũ delictũ cẽseo, qui rationalẽ sectã uẽditant: qui omissa ratiõe eorũ, quæ dictant, pronũciant, tanq; edicta regia. Nã multo erat satius ipsum libri scriptorẽ, singulorũ præceptorũ uim exprimere: ut fecit Hippo. in lib. de ratiõe uictus in morbis acutis, ubi de ptisana refert. Nã uiscositas eius lenis, cõtinua, iucũda, lubrica, & modice laxa est, sitim arcet, & ubi ablutiõe opus est, facilè descẽdit, nõ astringit, nõ uellicat grauiter, neq; in uẽtre intumescit. Similiter de aqua mulsa, uino, oxymelle, & lauacris scribit: ut initiũ habeamus uiæ, qua nonnulla ab scriptore omissa, quæ cũ eius sentẽtia sunt cõiuncta, adijciamus. Et nũc quidẽ cũ alia protulit, nõ addita causæ ratiõe, tũ ꝙ bibendũ est uinũ primũ quidẽ meracius, & paulatim, & tractim, deinde dilutius, celerius, atq; affatim: cogimur nos mentẽ cõiectare, qua scripsit. Est uero cũ omis alioqui ambigua cõiectura, tũ sanè maxime, ubi hominis sentẽtia etiãnũ ignorat̃. Proinde diluti⁹ bibere uinũ, celerius, & affatim, de his qui cupiunt uomitum, nõ absonum uideatur dictum esse: quãdoquidem his qui retinere uolunt, & concoquere alimentũ, contra-

cōtraria cōferunt, meracius, paulatim, ac tractim. A
Quare autem, quæ omnino retentioni sunt congrua, hæc offerat prima iamiam uomituris, nō habeo quod probabile adferam. Fortassis horum autori non alienum uidebatur, quod interpretibus nonnullis probatur: quando hoc illi propositū est, ut uires hominū gracilium, quibus hæc dictat, ne prosternat, ideo p̄ter cętera eas confirmat, ac mox ad cientia uomitū progreditur. Verūtamen ad uires constituendas tempus, quod à cibo sumpto dabatur, satis erat. Alio item aliud, ut dixi, uidetur, non tamen numerandū ut necessarium, quod demonstrationibus stabilitur ex scientia profectis.

Qui consueuit bis mensib. singulis uomere, rectius ille ordine duobus dieb. uomat, q; quintodecimo quoq; die. Alij planè contra faciunt. B

Et huius quoq; oportebat ratione͂ scriptorem cumprimis apponere, quando præter distinctam ullam declaratione͂ dixit de uomentibus bis quoque mense. Video enim esse qui uacuationis gratia uomunt: ut alios, qui unum diem in mense ieiunant. Et quosdam, qui humorem hunc uentri impactum, aut uiscidum, aut crassum expurgāt. Sed nihil tame͂ causæ est, quin per interualla ista faciamus, non continuis duobus diebus.

Qui facile cibos reuomūt, aut quib. sunt alui astrictæ, omnibus cōuenit his crebro in die cibum sumere, & esculētis uti uarijs, ac obsonijs uarie paratis, uina ite͂ bina bibere, uel terna. At C
qui cibos nō reijciūt uomitu, uel aluis sunt p̄diti sanis, his ex usu est, ut faciāt illi modo cōtraria.

Qui uentrem purgare, aut corpus uacuare modice uolunt, his confert uomitus. Atq; hos sępius uult cibum sumere, eumq; uarium, et diuersa uina bibere. Contrà, eos qui nolunt uomere, uentresq; habent plus æquo humidos, ut quærant sisti, hos nec freque͂ter comedere, & uarijs cibis et uinis abstinere. Nam semel cibum capere, & eum unicū, uinum item unum bibere, interest ad hoc, ut uenter illa & retineat, & coquat. Contraria uero ægrius tum concoquuntur, tum in uentre commorantur. Et pro ciborū qualitate, et ordine sumptionis, aut innatare illos, aut excerni per aluū contingit. D

Infantes diu sunt calida lauādi, ijsq; uinum dilutum exhibe͂dum, quod prorsus tamen frigidum nō sit, idq; offerendum, quod minime uentrem attollit, & flatum creat. Atq; hæc facienda sunt, quo minus tentent conuulsiones, ipsiq; crescant, & melioris coloris fiant.

Quò hęc dicta dięta spectet, ipse enarrauit: nempe em̄ ut minus, inquit, te͂tent cōuulsiones, ipsiq; crescant, & melioris coloris fiant. Nam calida qui multo pueri tempore lauātur, mollia permanent: id quod conuulsionibus resistit. Nā conuulsiones ipse Hippocrates frequentiores esse dicit corporibus contentis, q̄ remissis & laxis: tum mollia corpora facilius augentur, ꝙ in omnem partem faci-lius intendantur. Atqui quæ à conuulsionibus libera sunt, probeq; crescunt, his totū esse habitum salubrem, id latet neminem. Ergo id ipse uno insigni prodidit nō cōtemne͂do, coloris. Et uero etiā uinum hos dilutum iubet bibere, nole͂s eos nimiū calescere, idq; adeo ꝙ non raro laborēt conuulsione, quod quidem neruorum imbecillitati, & uoracitati acceptum referunt. Ideoq; uinum eos nō frigidum bibere imperat. Atq; uinū quod esse eiusmodi debet, ut minime sit flatuosum, omnibus iuxta, nedum solis infantibus commodat.

Mulieribus ratio uictus esse siccior debet, commodiores enim sunt cibi sicci mollitiei carnis: ut item pocula meraciora referūt plus ad secundas, & fœtus nutriendos.

Mulieribus sicciore͂ ratione͂ uictus præscripsit: quæ qualis est, ipse subijcit. Cæterū hęc opinio autoris cōtrouersa est. Etenim si mulieribus esse humidis pręter naturā sit, ut in intemperatis naturis, & affectis humidis morbis, recte illas siccaret. Iam cum eis hoc sit naturale, tuendum est: nisi salubre͂ mediocritate͂ excedat. Sed illud nos etiam in uiris spectamus. Nāq; & his natura comparatū est mulieribus esse sicciores, qui ubi iustam siccitatem superent, ibi eorū intemperie͂ cōtrarijs corrigimus.

Qui exercitātur, his hyeme cōuenit currere, & luctari: æstate luctari quide͂ parū, currere uero haudquaq;: sed deābulare multū in frigore.

Exercitationum differentias, quæ anni temporibus sunt peculiares, docet quæ hyeme calfacere ualent & exiccare: æstate contra.

Qui cursu defatigātur, hos oportet luctari. Qui uero defatigātur luctādo, curre͂dū his est. Nā ita laborās parte͂ corporis defatigatiōi obnoxiā, calidā cōseruet, simulq; maxime recreet.

Si ita omnia medici rationales conscripsissent, nō fuisset uerborū fundendorū locus interpretib. relictus. Id aute͂ dico, ut addatur causa, cur ita nos agere iubet: id quod fecit hoc loco Polybus.

Si hos qui exercitantur maxime alui profluuia arripiūt, ac excreme͂ta cibū referunt, suntq; cruda: de exercitationibus detrahere debent, nō minus tertiam partem, & de cibis dimidiā. Constat enim nō ualere uentriculum aceruum ingestorum ciborum omnem calfacere. Sit his cibus panis q̄ potest fieri maxime coctus, in uino tritus, potus quāpaucissimus & temperatissimus, caueantq; à cibo deābulare. Hoc autem tempore semel tantū oportet illos cibum sumere: nam hoc modo uentriculus maxime calfiat, ciboscq; uincat. Porrò modus hic alui profluuij corpora quæ carne sunt densiore, frequentior exercitat, ubi compellatur homo, quādo ita est natura cōparatum, uesci carnibus. Venæ siquidem constipatæ, cibos nō suscipiunt comesos.

Non uidetur hic de exercitatibus sese gratia sa- A nitatis loqui, sed de his qui munus aliquod obeūt gymnasticum, ut non detur illis eius omnino dimittendi facultas, aut admodū multum remittendi. Propterea de illis detrahit de exercitio tertiam partem, de cibis dimidiam. Nam hactenus sperat cibum superaturos, ut non iam aut cruditate laborent, aut alui profluuio. Cæterū hic quoq; suo officio functus est, quòd eorū adscripserit rationem, qua adductus, hæc ipsa, & quæ hic sunt dicta, præscripserit. Nam modus, inquit, hic alui profluuij, hos qui carne sunt compactiore, capit, ubi carnes comedere cogantur. Vbi de gymnasticis uerba se facere significauit: hos etem̄ comedere carnes cogunt. Ac subiungit: Venæ constipatæ cibos non suscipiunt comesos. Quod obscure dixit: quare in- B terpretes putare compulsi sunt, cōstipatas eum dicere, pro induratis, & quæ ægre intendūtur, ut nō excipiant alimētum: quod denotari aiunt ex hoc: Cibos non suscipiunt. Sed istud digestionē citius q̄ lædere concoctionem consueuit, ut excernant illi humida quidem, at non cruda tamen. Atqui dixit ante, cruda, hos, & quæ cibum referrent, deijcere. Verum quando adscripserit rationem, qua fretus ea consuluit, quæ consuluit, et etiamnum tenemur implicati, quid in his orationibus fieri existimabimus, quibus causam, quare facere illa nos iubeat, non adscripsit? Equidē nisi de his, Carne qui sunt cōpacta, adscripsisset, hærere me ingenue faterer, ut in multis alijs, in quibus cū nihil eiusmodi apposuerit autor, audacissimi isti interpretes quod C in mentem uenit, pronunciant. Iam quia præditorum compacta carne meminit, quo cōmentarentur illi quoque, quod utile esset de his naturis, ansam prębuit. Hi enim citissime plenitudinem aceruant, ꝙ non satis perspirationis habent. Vnde fit, ut cum consistat digestio, prorsus humida euadāt excrementa. Interdum non humida solum, sed & tenuia, & præter cęteros uoracibus. Nam cum ex deglutitis aliquid in corpus digerit̄, residua promptius uenter concoquit. At uero cum ciborum in eo permaneat aceruus, siquando eum degrauent, semel deijcit prius uniuersos, q̄ sint concocti. Potuit etiam per uenarum duritiē quia intendi multum non poterant, digestio impediri alimenti. Verum talium naturarū quo pacto haberi potuit ra- D tio, scribere ipsum oportebat, instituto contrario. Siquidem totius habitus sunt scopi raritas & mollities, quæ molli frictione, & multa pinguedine, in solijs fiunt. Hic uero symptωmatibus immoratur, ac eorū negligit interim ueluti radicē resecare. Iā in præsenti oratione istud quoq; dicit: cōstat enim non ualere uentriculū aceruum ingestorū ciborū omnem calfacere. Atqui si uere incusauit habitus densitatem, & uenas cibum non suscipientes, iniuste de uentriculo cōquerit̄. Quòd si hic eum quis uera dicere admittat, sequentem etiam diætam recte esse dictam, causam non dixerit: Panem percoctum, potum temperatum & pauciorem, semel cibum sumendum, nec à cibo deambulandum.

Et hæc quidē præceps natura, & ad partem uertitur utranq;, parumq; uiget bonus habitus in eiusmodi corporibus.

Bonum habitū appellauit, compacta carne prę ditorum naturam, quæ æque celeriter facit mutationes. Itaq; subnectit: Et ad partē uertitur utranque, hoc est, ad bonū habitum, & contrariū. Præterea addit: Parumq; uiget bonus habitus in eiusmodi corporibus. Nam in cōmentarijs in Aphorismos ostēdimus, bonum exercitatorum habitū, pręter sanguinis repletionem & carnis, robur conseruare naturalium facultatum. Sed ut illic summam habitus bonitatē esse periculo ostendimus obnoxiā, quam nō cito arida corpora consequuntur: ita usu uenit his, qui corpore sunt compacto, postea quam uelocissime propter difficilē per halitum digestionem his generatur, cogiturq; scilicet euestigio euerti, celerem obtinent generationem & dissolutionem.

Habitus uero rariores & hirsutiores, carniū esum magis admittunt, & labores. Suntq; his boni habitus diuturniores.

Quòd corpora hirsutiora cutem obtinēt rariorem, itemq; genus carnosum, in libris de temperamentis didicimus. Quare hæc merito sanè commodius ait esum carniū ferre, nempe quæ transpirantur: & labores, quòd minus sint lassitudinibus obnoxia, id quod etiam in libris de tuenda sanitate traditum est. Quòd si hęc, & bonos habitus habent constantiores, ut quæ non attingant continuo extremum.

Ac qui cibos postridie eructāt, & si præcordia eleuantur, his tanquam cibis nō percoctis, diuturnior somnus prodest: nihilominus horum corpora ad alium laborem sunt adigēda. Vinum bibāt meracius, & largius, cibi uero minus sumant hoc tempore. Liquet enim præ imbecillitate & frigiditate uentrem non esse ciborum multitudini parem concoquendæ.

Laudo hic eum, ꝙ fini adiecerit: Liquet em̄ prę imbecillitate & frigiditate uentrē non esse ciborū multitudini parem cōcoquendæ. Nam quasi ad id respiciēs, eum studet calfacere, eaq; gratia longiorem somnū eis cōsulit, item exercitationē, atq; uinum bibere, & meracius, et copiosius: pręterea, id tēporis minus comedere, quo ipsis cōtigit cruditate laborare. Nam reliquo tēpore exercitantes sese et mouentes, uinumq;, ut diximus, bibentes, nihil est ꝙ ciborum mediocrem copiam imminuant.

Quos sitis infestāt, cibos hi & labores minuant, ac uinū dilutū bibāt, idq; quā frigidissimū.

Hic expressa est eo modo calidarū naturarum nota. In sexto libro Epidemiωn his uerbis: Calido naturaliter frigidæ potio cōuenit, & quiescere. Vt em̄ appellauit corporis intēperamentū, subiunxit diætā, quā, qui ita sunt affecti, requirūt. Caput autem

autem eius est, refrigeratio. Potissima in hac dietæ summa sunt, aquæ potio, & uacatio exercitatiõis. Hoc loco quiescere aliter expressit, nẽpe, labores minuãt. Et pro frigidæ potione scripsit, ac uinum dilutũ bibant, & quãsfrigidissimum. Mihi uero rectius hic præcipere uidetur, quòd potio diluta & frigida cum refrigerat, tum præterea uini obtinet commoditates.

Quibus uiscera ab exercitatione uel alio itinere dolent, his requiescere ieiunis confert. Potus sit parcissimus, qui corpus ingressus cieat urinam: ut ne uenæ, quæ uisceribus sunt innatæ, contendãtur plenæ. Quippe inflationes hinc, & febres generantur.

Omnia hæc præcepta in lucubratione de sanitate tuenda abunde tradidimus: & nunc memoriæ causa, ut in supioribus, ita hoc loco exponemus. Multis enim tametsi febri liberis dolores in uisceribus oboriuntur, potissimũ in iecinore, ubi à cibo se exercitauerint, uel lauerint. Cuius quidem causa angustia est uisceris trãsitus, ascendentiũq; crassitudo humorum. Etenim occlusi, & resistentes in uenarum strictis finibus, qua sanguis ex simis iecinoris partibus transsumitur in cõcauas, tum transitum obsepiunt, tum uenas intendunt, quæ in sima sunt iecinoris regione. Quas ita affectas dolores citra febrem excipiunt. Hos sopire eo tempore A oportet, quo infestant: ac potare aliquid, urinam quod moueat, et iecur reseret. Qui nisi minxerint, his occasionibus succedunt flatus & febres.

Quem morbi corripiũt à cerebro profecti, huius primũ torpedo caput tenet, meijtq; frequenter, ac alia patitur, quæ in urinæ stillicidio solent euenire. Hũc illud dies uiginti molestat. & de naribus si fluat, aut auribus aqua uel muccus, à morbo uindicatur, & urinæ quiescit stillicidium. Meijt autem absq; dolore multum & album, dum diem uigesimum transierit, & capitis dolor relinquit hominem, cæterũ oculos B intendentem splendor illum fugit. At uiri est, qui facultate est præditus ratiocinãdi (quia homini tanti nihil, atque sanitas est) nosse de suo consilio in morbis esse præsto.

Merito habuerunt hanc orationem suspectam. nõnulli etiam damnarunt, nõ esse Polybi, & multo minus Hippocratis. Nã orationis omnino non constat initiũ, uolens cerebri morbos torpedinem inducere, & urinæ stillicidium. Quæ tamẽ oratio, uel si putet quis non cunctos eum cerebri tales esse morbos constituere, sed eos solos, quos fluens de naribus & aurib. muccus et aqua depellit, haud est uera. Neq; enim semper ita rem se habere, neq; frequenter apparet.

CL. GALENI DE ATTENVANTE VICTVS RATIONE LIBER VNVS MARTINO GREGORIO INTERPRETE.

QVVM uictus ratio attenuãs plerisque diuturnis morbis adeo conferat, ut sola ea, sine ullo alio medicamento, sublati sæpe fuerint, operæpretiũ fuerit aliquid de ea distinctius perscribere. Sunt eñ, quos præstiterit sola uictus ratione, sine medicamentis persanare. Vidi equidem non paucas arthritidas, quæ iam articulorum ossa nudarant: alias quidem hac uictus ratione in totum persanatas: alias, mitiores fuisse redditas. Vidi præterea & eorum plerosq;, qui spirandi difficultate (quã δυσπνοίαν uocant) sæpe prehenduntur, adeo leuatos, ut aut prorsus reualerẽt, aut longo saltem interuallo leuiter affligerentur. Eadem etiam hæc tenuãs uictus ratio magnos lienis tumores, & hepatis scirrhũ colliquat. Ad hæc epilepsias paruas quidem & etiamnũ incipientes penitus sanat: inueteratas uero ac consumatas iuuat nõ mediocriter. Hanc uictus rationem medici tenuantem appellarũt (quemadmodũ aliam ei contrariam, incrassantẽ) pro eo humore scilicet quem in corporibus nostris gignit: nota autem longa experientia nobis est, & ratione explorata: nam olfactus ac gustus mentem nostrã ad omnes eiusmodi cibos discernendos satis instruunt. Quæ enim sensus nostros pungunt, ac mordicant, ea omnia, palàm est, acria esse, & quæ succos crassos tenuare queant: quæ etiam si largius æquo sumpta fuerint, uentriculum mordicant, ciborumq; nauseam magnam inducunt, & halitus acres emittunt, nõ modo dum manduntur, sed etiam postquã è corpore fuerint egesta. Plurima aũt eorũ urinas & sudores D graue olẽtes & acres promouẽt: phymatibus præterea, ac furunculis sunt accõmoda. quædã aũt ex ipsis cutim diuellunt facile, atq; erodunt: alia uero pertundunt: alia ipsius partem aliquam in pus uertunt: ulceraq; magna, & quas uocant escharas efficiunt. Hęc oĩa satis probãt, ea acrẽ quandã, atq; incidentem habere facultatẽ: cui rei euidentissimo etiã sunt argumẽto humores in corpore nostro ab eis extenuati. Quin & experiẽtia ipsa rationẽ confirmat: uidemus eñ corpora oĩa, in quibus humores frigidi, crassi, ac lẽti abũdãt, huiusmodi ciborũ usu maiorẽ in modum alleuari. Vt in alijs, ita in his quoq; oportet medicũ tempori ac mẽsurę usus diligenter esse attentũ: periculum enim est, si quis nõ rectè ijs utatur, ne tandẽ prauo succo impleat. Verum

Verum de omnibus in præsentia tradere nō est in A
stitutum, sed de edulijs duntaxat pertractare. Ne
mo igitur est, qui allium, cæpam, nasturtium, por
rum, & sinapi propter facultatis ipsorū uehemen-
tiam ignoret in genere esse tenuantiū: post illa au
tem smyrniū, pyrethrū, origanū, calaminthen, si
symbrium, pulegium, satureiā, thymum: quæ om
nia uiridia quidem & prius q̃ exiccētur, mandun
tur: exiccata uero, iam non amplius sunt cibi, sed
medicamēta: in summa, omne quod siccum est, ui
ridi est ualentius: eorum uero quæ sicca non sunt,
maturiora minus maturis: & quæ in montibus ac
locis siccis proueniunt, ijs quę in campestribus ac
planis & hortis, ac paludibus crescunt, sunt for
tiora: hæc sane sunt quę de ijs cōmuniter scire con
uenit. Prædictis autem ordine proxima est cappa- B
ris, & terebinthi fructus: his aūt eruca, sium, apiū,
petroselinū, orminum, raphanis, brassica, & beta.
Malua uero, & blitū, & atriplex, tametsi ijs specie
sunt proxima, facultatibus tamē dissident: aquea
enim sunt, minimumq; acris facultatis habēt, quo
modo cucurbitæ, & citrulli melones, melopepo
nes, & pruna: humida enim sunt hæc omnia, ac fri
gida, & pituitosa, potissimū, si cruda & non elixa
mandantur. Atq; hinc adeo fit, ut quidam citrul
los ac cucurbitas duriores elixent. Ex pomis præ
terea ac piris ea minus nocebūt, quæ elixa fuerint.
Ad hæc ex ijs quæ cruda manduntur, ea prędictis
minus sunt noxia, quæ ad condendum sunt apta.
Sed de his non est nunc dicendi locus. Rursus
igitur ad eos cibos, qui succos crassos in corpore C
tenuāt, reuertamur, ab ijs unde sumus digressi, au
spicantes: exactius eñ de ipsis determinare est ne
cesse. Omnia igitur tenera & increscentia propter
humiditatē, qua adhuc toto incrementi tempore
affluūt, facultatibus (ut paulo ante diximus) sunt
moderata. Quò fit, ut pleraq; medicamenta dum
oriuntur & adolescunt, non aliter ac cibi mandan
tur, ut silphij ac sinapis stolones, pyrethri, iringij,
& multorū aliorum, quæ olera syluestria uocare
cōsueuerunt: quæ haud ita multo post spinis adeo
horrescunt, ut ne pecoribus quidē sint uesca. Hęc
autem omnia ubi cōmaturuerint, magnā quidem
habent incidendi facultatē: tenuant uero admodū
dum oriuntur adhuc atq; adolescunt. Pari modo
& urtica priusquā exiccetur, est esculenta, præte D
rea fœniculus, ruta, coriandrū, anethum, eiusdem
cum illis sunt speciei, euidēterq; etiam calfaciunt.
Aliud aūt est olerum agrestiū genus, quæ memo
ratis minus incidūt, ut mediocris non secūdæ sint
naturæ, quippe quæ neq; incidant manifeste, neq;
densent. Olera aūt communi nomine huiusmodi
omnia nominantur: singulis tamen speciebus sin
gula nomina à rusticis fuerunt imposita, ut lactu
cæ, condrillæ, tum ijs quæ Syrij gingidia uocant,
tum alijs id genus plerisq; apud singulas gentes:
Athenienses tamen omnia communi nomine ap
pellant: ueteres aūt ipsorum speciebus nullum no
men indiderūt. Cum igitur plures horum sint spe
cies, & earum pleræq;, propterea quòd non ubiq;
proueniunt, multis sint ignotæ, ubi eorum facul
tatem in genere didiceris, nihil erit, quòd ea ocu
lis singulatim inspicere ac dignoscere desideres,
sed ipsorū duntaxat enarratio tibi satisfecerit. Si
quid igitur olfactui, aut gustui, aut utriq; simul, a
cre, & mordicans, & calidū apparebit, scito id fa
cultatem habere tenuandi atq; incidendi. Ad hæc
siquid olfactui odorem bonum inferens, aromatis
speciem gustui repræsentet, id quoq; uiribus cali
dum esse oportet, sed non æque ac mordicātia, &
rodentia, & insigniter calfacientia. Incidūt præte
rea & quæ saporem quendā habent nitrosum aut
salsum, quorum etiam plurima aluum deijciunt:
nec minus ijs amara tenuandi facultate sunt præ-
dita: atq; hinc adeo fit, ut plurimis huiusmodi uul
go uescantur: differunt tamen in eo plurimum, si
unà cum eis oxymel, aut acetum, aut sal, aut oleū,
aut aliud id genus sumatur: eorum enim facultas
aceto & melle intēditur: oleo autem minuitur. Si
quidē oleum ipsum præterquā quòd succos cras
sos non incidit, eorum etiam omnium, quę id præ
stare possunt, robur imminuit. Huius etiam gene
ris sunt cibi omēs aquei ac muccosi, præterea ole
ra plurima, potissimū hortēsia propter superfluam
humiditatem: quibus omnibus cum aceto uescun
tur, eis quidē quę cruda libenter mandunt, id non
permiscent: his uero quæ elixant, oleum infunden
tes. Quidam aūt pro delitijs acetum omnibus per
miscēt, sed cum melle, uel sinapi, uel libystico, uel
cumino, uel apio, uel id genus aliquo commiscen
tes. Natura enim ipsa suggerit quid sit faciēdum,
ac docet nō eos modo, qui hoc apertius norūt, sed
sæpe etiam imperitos, atq; idiotas. Quin & ipse ijs
quibus uictus ratione tenuante opus erat, delitijs
eiusmodi uti iubebam, præter q̃ carne dactylorū,
quam multam pulmentis plurimis cōmiscebant.
In summa autem de ijs delitijs est habendum, om
nes eas tenuantibus esse accensendas, quę tum cū
multis acribus & calidis (cuiusmodi sunt ea quæ
nuper memorauimus) tum cū cæpis, allijs, & co
riandro præparantur. Quibus uero ea parcius fue
rint permista, substantiā incrassantem habent co
piosiorem. Quoniam autem ab initio de cibis
oleraceis disserui (in eo enim genere plurima sunt
quæ tenuāt) proximum sane fuerit, de asparagis,
quos uocant, disserere, elijs, mixacantho, chamæ
daphne, uite alba, uitice, spina, & alijs eiusmodi.
Eodem in genere sunt uitium germina, & rubi, &
omnia deniq; arborū germina, quibus uesci con
sueuerunt. Mixacanthus igitur, quem uocant, me
diæ quodammodo est facultatis, ab eo autem elij
& chamædaphne utrinq; non multum differunt.
Stomacho autem non minus prædictis commo
dant, uitis albæ, & uiticis, & spinæ asparagi: om
nium autem maxime austeri atque adstringentes,
quales sunt uitis, ac rubi. Spinæ uero asparagus al
uum deijcit. Sed quæ purgant quidem, non possis
ante experientiam cognoscere: quę uero uentricu
lum roborant, coniectura possis assequi. Omnia
enim stomachū iuuāt, facultatisq; sunt mediocris,
quo in

quo in genere est palmæ cerebrũ. Sic enim nomi-natur tenerum germen, quod è summa ipsa planta producitur, ut elate in oleribus. Qui autẽ amaroris quidpiã præferunt, quanto amariores, tanto ijs sunt licciores, & incidentes magis. Quòd si linguam euidenter mordeant, ac calfaciãt, in tenuantibus erunt numerandi. Verum de oleraceis quidem edulijs hæc sufficiãt. De seminibus autem deinceps tractabo. Vt autẽ de eis in uniuersum dicam, facultate plantæ suæ sunt similia, nisi ꝙ illis prorsus sunt licciora, eoq; magis tenuãtia: non omnia tamen sunt uesca, ut ne herbę quidem ipsæ, quarum semina manduntur, omnes sunt esculentę. Omnia tamẽ semina, quibus uescunt̃, sua natura ad siccius & calidius magis, ꝙ̃ herbæ ipsæ, semper sunt ꝓpensa. Proinde & papaueris semen herba ipsa est melius, adeo ut tanquã innoxium panibus ipsum misceant, & placentis. Quòd tamen & ipsum palàm refrigerat, ex eo intelliges, ꝙ caput grauat, & soporiferũ est: non tamen æque ac eius succus, sed quanto is magis refrigerat, tanto semine est magis soporifer. Soporiferũ est & lactucæ semen. Quandoquidẽ & olus ipsum frigidũ est & humidum. Ab his igitur frigidis & humidis seminibus ei est cauendũ, qui tenuante diæta uti uolet. Nam sisami semen succũ crassum ac lentũ in corpore gignit: apij uero, & petroselini, cumini, carui, anisi, pręterea libystici, sinapis, ameos, dauci, seseleos, & omnium deniq; odoratorũ, & acrium, & euidenter calfacientium semen tenuante diæta utentibus conuenit. Quorũ quædã adeo sunt fortia, ut nihil à fortissimis medicamentis dissideant: cuiusmodi est rutę semen, quod ualidũ admodum est ac tenuans. Pari modo & lini & cannabis semina. Hæc enim nõ modo sunt medicamentosa, sed caput etiam tentant. Quocirca unicũ est tempus, quo quis rectè ijs utatur, cum scilicet sanguinem per urinas purgare uolet. Verum de medicamentis dicere nũc non est propositũ, ut quorum uis & actio est magna, eoq; non est eis insistendũ. Ad aliud seminũ genus est transeundum, quę cerealia appellant: hæc autem appellatio in toto eorum genere Grecis est usitatior, ꝙ̃ leguminũ nomẽ, quæ nonnulli chedropa etiam nuncupant. Omnia aũt generaliter uocantur legumina: speciatim uero ea sola ex eis appellant̃ chedropa, quę manu carpuntur: alia cuncta, quæ falce putantur, frumenta: quidam aũt solum triticum, frumentũ uocant: alij hordeum quoq; ei adiungũt. Sed uocet quisq; quo lubeat nomine: ipse uero de eorum omniũ facultatibus deinceps pertractabo. Triticũ ergo firmissimi est alimenti, succumq; crassum admodũ gignit ac lentum. Proinde nisi quis ipsum, quo modo nunc præparatur, exhibeat præparatũ, succus ex eo succrescet uehementer crassus ac lentus. Tritico igitur simpliciter elixo non est uescendũ, ut in Asia plerosq; rusticos esitare obseruaui. Nam cõdiunt id pauco sale, nec ipsum in farinam redactum, ut ἔτνος, id est, pulticulã, aqua uel lacte perfundentes, elixãt. Cæterũ quod eo modo est paratum, ad

A coquendum est difficile, & crassi succi: sola aũt ea præparatio est probanda, quæ fermento cõstat, sale, et clibano: paulo deterior, quę minore furno: ex reliquis uero nulla est, de qua uerba facere sit necesse. Est & in tritico nõ parua speciatim differentia. quippe quod graue est ac densum & in profundo flauum, copiosissimi id alimenti est, crassiq; succi ac lenti: cõtra quod leue est & rarum & album, minus nutrit, succumq; gignit crassum minus ac lentum. Similago aũt & alica multum alunt, crassiq; sunt succi ac lenti. Verum similaginẽ quidem non conuenit eos attingere, qui extenuante uictu utuntur: Alica uero possunt uesci moderate, tum sola aquę incocta, tum uero cum mulso, aut uino, & eo quidẽ dulci, sed flauo ac tenui, & quod uiri-
B bus falerno sit proximũ. Possunt & alijs multis cibarijs permiscere, & maxime betis tritis, & iusculis accõmodatis. Quòd si quis pultem aut sorbitionem ex alica parare uolet, cõueniet nõ anethi modo, sed et porri quidpiam, uel pulegij, uel calaminthes, uel hyssopi, immittere. Piper præterea si misceatur, non solũ elixationibus eiusmodi, sed alijs etiam propemodum omnibus, quę ad tenuantem diætam conferunt, non mediocriter iuuabit. Ptisana autem ipsa quidem per se nonnihil absterget, ut hyssopo non magnopꝫ egeat. Siquando tamen ipsius uim inaugere uelis, piperis aliquid ei permiscuisse suffecerit. Mel uero ptisanę immiscere non est opus, nisi quis ea quæ thorace ac pulmonibus continentur, studeat expectorare. In hepatis uero
C ac lienis affectibus, ipsum admiscere non cõuenit. Nam horum uiscerũ tumores à sorbitiõibus ipsis solis ex alica adaugentur, & multo magis, si cum melle eas paraueris: at de mellis quidẽ usu omni paulo post dicemus. Nunc aũt ad hordeũ redeundum. non enim in ptisana tantum eo uescimur, sed & panes hordeaceos conficimus, & eius farinam cum lacte elixamus: præterea ex eo frixo polentã conficimus: denique non secus ac alicam, coctum ipsum in aqua cũ uino dulci aut sapa exhibemus. Verum quod ad panes quidẽ pertinet, scire oportet omnes quoquo modo parentur, exigui esse alimenti, succumq; crassum, ac flatus minimum generare. Polentam uero omnem similiter ac panes nutrire, nisi quòd siccat magis propterea quòd fri-
D xa est. farinam ipsam utrisq; esse humidiorem, ex crementosamq; magis ac flatulentam, & potissimum si cum lacte coquatur. Quod uero hordeũ, ut alica, ex dulcibus quibusdam sumitur, propositæ uictus rationi multo minus confert. succum enim crassum ac lentum, ut alica, gignit. Sumẽda igitur hæc sunt non cum sapa, neq; cum uino aliquo uehementer crasso, sed cum mulso, aut uino quopiam falerno simili. Eodem autẽ modo & typha uti licet & auena, sunt tamen hæc quàm ptisana & alica, cõcoctu faciliora, et excrementosiora. Porrò horũ seminũ pleraq; in Asia ac Mysia prouenìunt, adeo ut panes ex eis conficiant, qui utiq; & ipsi ad coquendum sunt difficiles, & succi non boni. Olyra etiam quam uocant, frequens in Asia

uisitur

uisitur, mediumqꝫ inter hæc & triticũ, locum obti
A net. Siquidẽ tritico tanto est deterior, quanto his
melior: utuntur autem & ipsa eodem modo, quo
prædictis. Quod uero ad zeã attinet, nulla alia est
inuestiganda, præter olyras & typhas, quæ sunt e-
sculentæ, &, ut ingenue fatear, non mihi constat,
de utris harũ antiqui nomẽ zeæ enunciarint. Ter-
tium enim pręter illas genus non uisitur, quod eis
sit simile, sed typhas & olyras sic uocitabãt. Cum
autem Mnesitheus de ijsdem seminibus utrunqꝫ
nomen enunciet, typhas & olyras nominans, in
eo declarat se suspicari zeã quoddã aliud esse pra-
uum eduliũ, ipsumqꝫ existimo zeam appellare, qđ
nos typhas nominamus, aut aliquid his deterius.
B Cæterum semen id, ut hordeum, & olyra, & aue-
na, est mũdandũ, ac cortice spoliandũ. Quod cum
factum fuerit, tritico, hordeo, & olyra longe est te
nuius atqꝫ exilius: flauum pręterea est ut triticum,
non album ut hordeũ. Porrò hordeũ apud quas-
dam gentes nudũ prouenit, ut in Cappadocia, uo-
caturqꝫ ita ut iamiam dixi. Quòd si aquæ incoctũ,
ut alica, cum aliquo uino dulci sumatᷣ, nullis alijs
bonitate cedet. Fabę aũt minus quidem q̃ hor
deum tergent: uerum & ad coquendũ sunt diffici-
les, & multum flatulentæ. Proinde satius fuerit pi
sis uesci. Fabis enim ad omnia sunt præstantiora.
Eruiliæ uero, & dolichi, & phaseoli, multo fabis
sunt deteriores: Lentes aũt, tametsi succũ crassum
generent, non tamen omnino sunt aspernãdę, sed,
C cum aliorum meliorũ ciborum copia non suppe-
tit, eis est utendum. Lupini similes sunt lentibus,
nisi ꝙ minus siccant. Cicer autẽ cibus est flatulen
tus, & concoctu difficilis, atqꝫ excrementitius: ad
mouendas tamen urinas, est accõmodum: terget
præterea nonnihil: Eruum uero, boum magis q̃
hominũ est alimentum, incidendi tamen facultate
pollet, unde & ex eo medicamentũ paratur, quod
in ijs quæ thorace continentᷣ, expectorandis, nul-
li est secundũ. βούκερας autẽ seu fœnumgræcum
(utroqꝫ enim modo appellãt) non incõmode alui
deijciendæ gratia, ante alios cibos sumitur: cum
melle quoqꝫ eius succũ exhibent, ut qui calfacien-
di uim habeat ac detergendi: estqꝫ ad utrunqꝫ hoc
ualde accõmodus: quòd tamen caput tentet, usus
D eius multus est cauendus, & aliorum omnium,
quæ alui subducendæ gratia, prima mensa sumun
tur. Nam bona pars eorum flatulenta est, & ad co
quendum difficilis, in quibus est lupinus, eruilia,
& phaseolus. Pruna etiam Damascena hydrome-
liti incocta præmanduntijs, quibus extenuãte diæ
ta est utendum: uerum his aluum magis deijciunt,
quæ ex Iberia importantur. Ventrẽ præterea sub-
ducunt echini marini, & concharum omnium at-
que annosorum gallinaceorũ iuscula, neque quid-
quã ijs officiunt, quibus tenuante uictu uti est pro
positum. Meline uero seu panicum, & milium,
praui sunt succi, & flatulenta, ac concoctu diffici-
lia. Nam alui fluxum uehementer siccant. Lobi e-
tiam hortenses cibo adaptantur: crassi tamen sunt
succi, & pituitosi: cæterum fabis minus inflant,

A nec, ut hæ, detergẽdi facultate sunt præditi. Quid
iam loquar de alijs prauis seminibus, quæ omnes
etiam si non moneam, fugitant: de ipsis tantum di
xisse suffecerit, solum hordeum ex cibis frumenta
ceis, tenuanti uictui esse innoxium. Secundũ hoc
sunt panes clibanitæ, qui ex tritico fiunt. A reli-
quis uero est abstinendum, nisi quis forte pisum,
uel lentem, aut alicam per magna interualla gusta
re uelit. Ex piscibus saxatilibus, montanisqꝫ a-
uiculis multum, ac copiosum potes alimẽtum ad
tenuãtem uictum accommodare. Animalia enim
quæ in stagnis, ac locis aquosis, & campestribus
degunt, humidiora sunt, atqꝫ excrementosa: quæ
uero in montibus uiuũt, omnia temperatura sunt
B sicciora, ac calidiora, eorumqꝫ caro minimum est
pituitosa, ac lenta. Ex quibus intelligi potest, ani-
malia omnia, quæ in montibus nascuntur, multò
ijs quæ in locis planis oriuntur, esse præstantiora.
Et, ut ego iudico, aues monticolæ nõ modo quòd
aeris, sed etiam alimenti, quod nobis præstant, te-
nuitate antecedãt, alijs auibus, quæ in locis aquo-
sis, ac cãpestribus degunt, sunt præferendæ. Passe
res igitur, turdos, merulas, perdices, et reliquas id
genus aues monticolas, mandas licet. Abstinen-
dum autem ei qui tenuante uictu uti uolet, alijs a-
uibus, quæ in locis aquosis uiuunt, ut tardis quas
ἀτίδας uocãt, anseribus, & magnis auibus, quas
sanè & struthocamelos nominant, & alijs id ge-
nus: nam omnia hæc carnem habent excrementi
C tiam. Mandendæ etiam sunt aues eæ, quæ tum in
turribus, tum in uineis uitã agunt. Ad hæc colum
bæ turricolæ domesticis sunt meliores, tum etiam
pari modo & apri suibus domesticis in cibo sunt
anteponendi: ac, ut in summa dicam, omnia quæ
exercentur, ijs quæ sunt ociosa: & quæ cibis sic-
cioribus, ijs quæ humidioribus utuntur: denique
quæ purũ ac tenuem aerem inspirant, ijs quæ con
trarium, sunt præferenda. Siquidem suum dome-
sticorum caro, omnium aliorum ciborum firmissi
me nutrit. multum enim in seipsa habet lentorem,
tum propter uitã desidiosam, tum propter cibi hu-
midioris affluentiam. Verum ab his prorsus absti-
nebit, cui propositum erit uictu extenuante uti.
Quod uero ad reliquas carnes attinet, nõ quibus-
D uis simpliciter uescetur, sed si multum sese exerce
at, licebit ei & auribus, & rostris, & pedibus suil-
lis uesci, uentre præterea, & matrice, si modo ea
elixa belle fuerint. Qui autem uitam in maiore o-
cio ac quiete degunt, ijs nõ modo eiusmodi suum
esu est temperandum, uerum etiam syluestribus.
Abunde enim fuerit eis auibus montanis uesci,
& piscibus saxatilibus, utputa iulide, fuca, meru-
la, turdo, scaro, & in summa, omnibus quæ car-
nem habent mollem simul ac friabilem: ab ijs ue-
ro quæ duram habent uel lentam, omnino eis est
abstinendum. Asellorum autem caro mollis qui-
dem, sed non æque ac saxatilium est friabilis: Mul
lorum autem, friabilis quidem est, non tamen
mollis. Hæ itaque duæ tibi sint notæ, de cuius-
uis animalis carne, mollities scilicet & friabilitas:
quibus

quibus attentus eam animalis carnem cui utrunque adest, quantum uis mandas licet: cui autẽ neutrum inest, abijcias: cui alterutrum, interdũ, cum alijs cares, mandas, modo ea ad saturitatem usque nõ utare. Cum igitur saxatiles desunt, asellos, mullos, & alios eiusdem generis pelagicos, possumus exhibere, & eos potissimum, qui cum sinapi manduntur, cuius generis est scorpius. Sunt & alia quidem animalium genera, quibus altera memoratarum notarum inest: uerum propter alterius exuperantiam, in cibo sunt fugienda. Nam anguillæ, & mollium pars maxima, tametsi carnem habẽt mollem, quòd tamen succo lento ac pituitoso abũdat, ijs qui tenuante diæta uti uolunt, plurimũ est noxia. idem accidit & plurimis ostreorum. Hirci aũt, & boues carnem quidem habent minimum humidam, pituitosam, ac lentam: nocent tamen admodum ob duritiem, & in alterando difficultatẽ. Adhæc plurima ostracoderma, & crustata, uel propter utrũq;, uel propter carnis duritiem, sunt uitanda. Sola autem chartilagineorum torpedo & turtur laudantur, possisq; nonnunquam, in saxatiliũ penuria, ijs uti. Satius tamen fuerit pisces eos præparari cum beta trita, aut albo iure, porrum prolixius miscendo, & piperis portiunculam. Dictis piscibus, uiribus propinquum est buglossum, & † saxatiles pisces. Ex terrestribus uero animalibus, hirci, & arietes, & genus omnem ouiũ, ac caprarum, non undequaq; laudabilis sunt alimenti. Solis aũt hædis innoxie utare: Agnorum esus propter insignem humiditatem est fugiendus: Equorum & asinorum esum hominibus asininis, ut pardorũ, ursorum, & leonum, hominibus feris permitto. Pro ximi asinis sunt cerui, eoq; ab eorũ esu est abstinendum. Caro autem leporum ad aliam uictus rationem siccantem est accommoda: ad propositã uero non admodum confert: sanguinem enim uehementer crassum gignit. Ad hæc sanguis omnium animalium in cibo est uitandus, & multo adhuc magis in tenuante diæta. Pari modo & uisceribus est abstinendum. sunt enim excremẽtitia, & ad coquendum difficilia, & crassi succi. Canum uero, & uulpium carnem, nunquam equidem gustaui, nec sane gustare unquam fui adactus, neq; in Asia, neque in Græcia, neq; in Italia: aiunt tamẽ hanc quoque mandi: coniectare tamen possum uim ei inesse carni leporum similem. Nam canis, & uulpes, ut summatim dicam, temperamento sunt sicco. Porrò quemadmodum partibus porcorum extremis uesci concessimus, ita & gallinarum alis uti concedimus: testes tamen, & uiscera tenuanti diætę non competunt: corporum autem gallinarum esum, siquis exerceatur, non ueto, & potissimum earum quæ in montibus fuerunt enutritæ: qui uero non exercetur, mandendæ ei erunt modice, non modo gallinæ, sed columbæ etiam, ac turtures, tametsi turtur temperamento est sicca, & potissimum quę in montibus degit, itaq; uesci quis poterit ijs innoxie: recens tamen non turtur modo non est mandenda, sed nec perdix, nec alia omnia, quę carnem

Alias persici

A habent moderate siccam, sed ubi unũ diem ad minus suspenderis, ita demum mandas licet. Porrò palumbes, præterquam quòd carnem habent columbis, & perdicibus, & turturibus duriorem, difficilem etiam ad coquendum & excrementitiam habent. Perdices uero, ac turtures, neq; durissimas habent carnes, neq; concoctu difficiles, neq; prauo succo uitiosas, sed & ipsarum durities, si mortuæ uno die asseruentur, facile uincitur, fiunt quę friabiles omnino atq; inculpatę. Alimentum enim corpori dant laudabile, sanguinemq; minimum uiscosum generant, & crassi ac tenuis mediũ. Proinde quibus salubris cibus curæ est, eos, ut arbitror, uti his conueniet. Verum de ijs quidem dictum abunde est, ad ea quę restant, est transeundũ.

B Olerum omnium radices (ut generatim dicam) excrementitiæ sunt, & concoctu difficiles. Solius autem dauci, ac pastinacæ radix propositæ diætæ ut nihil incommodat, ita nihil confert. Aduersissimæ autem sunt rapæ. His paulo minus aduersi sũt bulbi. Omnium autem pessimi sunt fungi. Itaque eorum omnium quæ gustu nullum morsum, nec acrimoniam, nec calorem referunt, radices suspectas habere oportet, unde & bliti radix uitanda, tametsi olus hoc minime sit pituitosum. Quid iam olera memorem, quorum non solum radices, sed germina etiam & stipites ac folia, succum gignũt pituitosum? Vt autem paucis rem omnẽ finiam, omnes quidem radices tanquam ad coquendum difficiles habere suspectas oportet, solæ autẽ acres

C ac calidæ gustandę, ut sunt allij, cæpę, & radiculę, eæq; pro pharmacis potius quàm pro alimentis sunt habendæ. Atq; de radicibus hæc dixisse sufficiat. tempestiuum enim iam fuerit ad fructus arborum transire, quorum pleriq; sunt humidi sine ulla siccitate, & potissimum qui non reponuntur. In quibus ij minus sunt noxij, qui uentrem lubricant, cuiusmodi sunt mora, & post ea, pruna, & cerasia ac ficus. Deteriores autem sũt, qui tarde permeant, & maxime si consistentia sint duri. Ab eis enim prorsus est temperandum. Mandendi autem qui ad reponendum sunt apti, qualia sunt pira, cydonia, & pleraq; uuarum genera, in quibus molliora potius quàm duriora sunt edenda: nemo tamẽ ullo horum ad sanitatem utetur, quemadmodum

D neq; pomis, neq; persicis, neque armeniacis, quæ Latini præcocia appellant: & ijs multo adhuc minus sericis, quæ uocant, & myrtis, & alijs eiusmodi: pari modo nec mespilis, nec sorbis, quibus tamen rectè quis ad alia utetur: ad uictum autem extenuãtem non sunt accommoda, & potissimũ mespila. Vt autem summatim perstringam, quæ uehementer sunt austera ac pontica, huic uictus rationi sunt aduersa. Soli autem uentris fluxui, aut uẽtriculo, stomachóue imbecillis conferunt. Porrò inter ea quæ in hyemem seruari possunt, caricæ, ac nuces tum ad id sunt accommodatissimæ, tum etiam nihilo minus ad propositam nobis uictus rationem. Pistacia præterea, & amaræ amygdalæ, haudquaquàm sunt improbãda: his duriores sunt

nuces ponticæ, nullamq; abstergendi ex uisceribus excrementa habent facultatem. Castaneæ uero siue elixentur, siue assentur, siue deniq; frigantur, semper sunt prauæ, & multo magis, si crudæ mandantur. Oliuæ autem, quod ad propositam diætam attinet, medium quodammodo sũt edulium. Proinde neque eas magnopere commendare possim, neq; damnare, quemadmodum nec uuas pensiles. Quæ uero in uinaceis seu βρυτίοις conduntur, uentriculi quidem imbecillitati conferũt: præsenti autem scopo, haudquaquàm: & his adhuc minus, quæ in uinis conduntur. Vuæ passæ si non sint adstringentes, lieni quidem & hepati tumentibus non conducunt: thoracis tamen ac pulmonis affectibus conducunt. noxia etiam sunt mala punica, si fuerint pontica, imbecillum tamen uentriculum iuuant. Atq; etiam de alijs arborum fructibus, si ad memoratos iam contuleris, licebit similiter pronunciare, siquidem duri omnes ac pōtici, sunt praui: reliquis uero moderate uti poteris. Quòd si quis existat, qui in uarijs sui partibus sapores habeat diuersos, partes quidem acidæ & acres sumendæ: alijs autem temperandum. Multos sanè eiusmodi reperias, ut malum medicum, quod etiam citrium nominamus, quippe cuius cortex est acris: acida autem pars intima, eius caro pituitosa ac crassi succi. Quæ in aceto & muria conduntur, ea tantum à pristinis uiribus esse immutata, sunt putanda, quantum à conditura fuerint alterata. Quò fit, ut, cum acetum & muria ex eorum numero palàm sint, quæ incidunt ac tenuant, pisces aridi atq; exucci, humores crassos ac lentos uehementer attenuent. Eligendi tamen sunt, qui natura carnem habent mollem: fugiendi uero cetacei, & eis adhuc magis ipsa cete. Quòd siquis penuria melioris uesci his uelit, uel alioqui appetat, ἀποθέρμῳ id est, condimento aliquo acri (cuiusmodi est, quod ex sinapi uel oleo & aceto solo fit) erit utendum. In summa autem, ciborum omnium id est commune, ut qui in memoratorum quopiam conduntur, aut parantur, extenuanti uictui maxime conferant. Proinde qui hoc uictu uti uolet, licebit ei ijs omnibus uesci, si ex aceto aut oxymelite fuerint præparata: tum alijs etiam plurimis eorum, quæ succo omni exhauriri queunt. Quin & suilla ipsa exucca tutò uescetur, quæ utiq; alioqui esset uitanda, ut quæ succum crassum ac lętum generet. Cum de ijs abunde tractauerimus, reliquum est, ut de melle ac uino disseramus, & prius de melle, quod utiq; non modo reuera ciborũ est dulcissimum, sed succum etiam consistentia tenuissimum gignit. Quod uero ad uina pertinet, quæ dulcia admodum sunt, omnia sanguinem crassum gignunt: nigra nanq; hęc sunt, & consistentia crassa, & ijs adhuc magis sireon quod uocant, id est, sapa: est autem id mustum plurimum coctum. Sunt qui & ficuum siccarum decoctum ita nominent. Est autem decoctum id prauo melli adsimile, habetq; & ipsum incidendi uim quandam, in eo tamen à melle plurimum superatur, ut parum absit, quin tenuantium specie excludatur. Porrò ficus exacte maturæ, ex medio ciborum sunt genere, quod genus succos neq; condensat euidenter, neque tenuat. Aliæ uero omnes hoc genere sunt inferiores, quippe quæ nondum satis maturuerint, ut uinum musteum, crassi sunt succi ac frigidæ, pręterea ad concoquendum difficiles & flatulentæ. Id tamẽ eis inest commodi, ut celeriter permeent, ob idq; ipsum haud multum officiant. Eiusdẽ sunt naturæ uuæ dulces, & his adhuc magis palmulæ, quarum quæ in Alexandria, Cypro, Lycia, & Cilicia, proueniunt, condi omnino nequeunt, sed ut sunt, manduntur, quòd propter superfluam humiditatem celeriter putrescant. Aliæ uero quæ condi possunt, minus sunt noxiæ, crassum tamen & ipsę succum gignunt. Proinde ipsarum esus in proposita uictus specie est fugiendus. Quod uero ad uina attinet, quæ clara sunt ac pellucida, colorecq; pallida ac flaua, ea forte minimum dulcia inuenias. Præterea nullum album dulce comperies, quẽadmodum nec flauum quoduis, admodum est dulce. Cæterum eiusmodi omnia, sanguinem consistentia gignunt mediocrem. Quæ uero crassa simul sunt & nigra & dulcia, crasso sanguine uenas refereiũt: at alba simul & tenuia, humores crassos incidunt, & sanguinem per renes purgant. Quæ uero inter hæc consistentia sunt media, ut sunt flaua simul ac dulcia & splendida, uiribus etiã quodammodo sunt similia, ut quæ neq; ut crassa, sanguinem crassum generent, neq; ut alba, per urinas secedant. Sunt autem uina apud omnes gẽtes plurima, celebrantur tamen in primis Ariusium, Lesbium, Falernum, & Tmolites, quibus semper intentus, media deliges, quòd omnia sanguinem bonum & consistentia mediocrem generent. At quę odora sunt, & alijs uinis calidiora, ea merito caput tentant. Quocirca uitanda eiusmodi ijs erunt, qui cephalæa, aut hemicrania, aut alia cephalalgia laborant, ut epilepticis, & maniacis, &, ut in summa dicam, omnibus quibus caput infestatur, sunt fugienda. Affectus uero omnes thoracis ac pulmonis, qui diuturni sunt & sine febre, à uinis eiusmodi multum iuuantur, & potissimum qui humoris per sputa expectoratione purgantur. Non eñ incidenda tantum sunt, aut calefacienda, quæ belle sputis sunt expectoranda, sed moderate etiam humectanda, ne tandem siccata sputa, ac lenta reddita, tusses excitent, exitusq; uiolentia, uas aliquod in ruptionis discrimen adducatur. Quamobrem quę uina sunt crassa & dulcia, propterea quòd humiditatem habent crassam, & ob id ipsum perdurantem, in thoracis ac pulmonum affectibus, si cũ tenuantibus medicamentis adhibeantur, multum adferent commodi: uerum nec acerbam, nec austeram, nec omnino adstringẽtem uim eis inesse, sed ad melleam magis odore ac gustu & uiribus omnibus spectare ipsa cõueniet. Eius generis est, quod in Pamphylia prouenit, tum quod Tmolitem appellant (abunde enim fuerit eorum quæ dicimus uelut normam & scopum subiecisse, in quem intentus

tentus omnia similia ex eo inuenias ac dijudices.) Optimum sanè suorum congenerum id est, cuius tamen si copia non sit, uti licebit Thereo, & Protropo, & Thyrino, & Carino. Nigri autem dulcis simul & austeri exemplum petes ab eo uino, quod fert Cilicia, quippe quod Aegeatem nominant, omnibus utiq; thoracis affectibus, de quibus nūc agimus, est noxium, & eo etiam magis, quę uehementer sunt acerba. Porrò non omnia dulcia nec ea quæ exiguam habent dulcedinem, sunt aspernanda, quæ tametsi multis in locis proueniūt, plerisq; tamen sunt incognita, adeo, ut neq; mercatores ipsa studiose coemant, nec apud ꝓfessores magno in pretio sint. Solum autem uinum ponticum in conuiuijs, aut nuptijs, aut sacrificijs, aut alijs celebritatibus adhibebant: multum enim implent: B

A & tarde permeant, ambasq; excretiones morātur, tum eam quæ fit per anum, tum quæ per uesicam: hærentq; in hypochōdrijs diutissime: & facile acescunt: nauseamq; prouocant. Soli autem uentri fluenti conferunt, idq; si moderate sumātur. Eiusmodi uini in locis Aegisoliæ campestribus magnus est prouentus, cui simile aliud est, quod iuxta urbem quandam Pergamo uicinam habetur, quo utiq; omnes eius regionis incolæ propter consuetudinem citra molestiā utuntur. nam debito modo sumptum sitim extinguit: lædit autem omnes qui ei non assueuerint: corpora tamen bibentium euidenter nutrit: cui rei argumento sunt incolæ iuuenes, qui in palæstra, bonæ habitudinis comparandæ gratia sese exercent: utuntur enim hoc uino in potu non aliter, quàm suilla in cibo.

CL. GALENI DE PTISANA LIBER.

IOANNE POLITO INTERPRETE.

POSTEAQVAM haud pridē aliquot inuenissem medicos, qui ptisanæ cremorem porrexerint quidem languentibus: non tamen declararint quibusnā ægris hanc usurpare expediat, obsitúe: nec modum, aut exhibendi mensuram, neq; sorbitionis assumendæ accommodatum tempus assignarint: uerum ubiubi libuerit, usum eius statim opportunum esse autumarint: Visum mihi est, quęcunq; ab Hippocrate obscurius de ptisana recensentur, hęc ipsa multorum nomine interpretari, simulq; enarrare elixandi rationem, tum huius uim, actionem, occasionem, mensuram, porrigendi modum, tum quot afferat emolumenta, si rite decumbentibus propinetur: quantam rursus ijsdem noxam, si inopportune exhibeatur: ad hæc quibusnam corporibus hanc dare conueniat, quibusq; minime conducat. At quoniam complicata quædam res est ptisana cum eius cremore, ex hordeo nanq; probe tuso, id est extenuato, atq; aqua & nonnulla coctione conficitur: ergo primum huius partes per capita commemorare decreui. Nienim quispiam hęc antea perpendat, apprime utiq; læserit. Deinceps itaq; & reliqua omnia, nobis ex acte pensi habebuntur. Quòd igitur optimam aquam, in ptisanæ confectionem electum iri, necessum sit, nemine ambigere arbitror. Porrò probatissima aqua, tum substantia, tum gustu, tum odore, tum colore discernitur. E gustu quidem atq; odoratu, ut nullam exoticam referat qualitatem: hoc est non existat dulcis, non salsa, nec acida, aut acris, non grauiter olens, uel putris, neq; penitus ullius acquisitæ qualitatis particeps, sed prorsus simplex, ac citra omnem alienam qualitatem atq; immistionem, quæ uel gustu, uel olfactu deprehēdatur. Oportet præterea, pellucida sit, pura, minimeq; cœnosa: sed ueluti exquisite colata, frustillorumq; innatantium expers. Siquidem huiuscemodi aqua usui accommoda est: natura uero haudquaquam sic syncera existit, perinde ac ne ullum C quidem aliud sensilium elementorum. Cęterum si quo pacto dixi, aqua fuerit, illico tenuium est partium, facilis & concoctu & distributu, atq; pręcordia subito transit: nec solum non difficilis est alteratu, appropinquans caliditati naturali, sed & igni externo admota, breui calefit. Testis quoque huius orationis Hippocrates est: quippe aquam quæ celeriter calescat, rursus'que euestigio refrigeretur, hanc leuissimam esse existimat. Porrò nō ponderе leuem dijudicat, uerum quæ tenuium sit partium, nec grauatim contrariam admittat qualitatem. Huiuscemodi sanè aqua tum frigida est, tum humida, proprieq; aqua nominatur. Quæ uero uel substantia, uel qualitate, ab hac degenerant, ut sūt D bituminosæ, sulphureæ, aluminosæq;, tanto ab huius discedunt natura, quanto alienata sunt. Expertis autem uel demonstrationem, quinam scilicet aqua infrigidet, madefaciat'que: atqui id explicari non est præsentis sermonis, nimirum cum de ptisana dicere decreuerim. Verum quòd aqua frigida sit & humida, prisci uniuersi indicarunt: atq; ipsa experientia suffragatur. Ergo cum omnia in ratione ista conueniant, hanc aquam assumito. Porrò nunc in hordei enarrationē deueniamus. Hordeum itaque sanè generaliter acceptum, refrigerat atque exiccat. Habet autem quippiam detersiui ac inflationis: utriculorum nanque furfuraceorum ratione, & aridius existit, & magis abstergit. Quod uero in eo uelut carnosum est, atq; nutriēs,

tergit quidem uel id, sed minus furfure. Inest etiam huic quippiam inflationis. Cæterum altera membrana tenuis, quę à furfure plus interna est, hordeumq; inuoluit, ipsa mediocris inter hęc uiribus est: ideo abstergit furfure minus, potius autem hordeo. At optimum hordeum sermone nostro subaudiri necessum est: quod uidelicet nil adscititiæ putredinis aut redundantis humiditatis contineat: non nimis recens, uel plus æquo uetustum sit: Nam recentius fœcundum est superfluo madore, quem ex regione contraxit: plenum humiditate, atq; spiritu refertum. Vetustius uero diutino tempore exhaustum, imbecilleq; fit, ac suis destituitur uiribus. Indicio autem fuerit, corrugatio huic enata, magnitudinisq; eius imminutio, & quod dum inciditur, uelut friatum emittat puluerem. Pręstat igitur integrum eligere hordeum, in ptisana conficienda: nempe quòd haud plus iusto recens uel uetus sit, omnisq; adscititiæ qualitatis expers. Atqui ne hoc quidem solum suffecerit, quin & experimēto id explorare conueniet: quippe si ad nunc memorata, dum elixatur, in tumorem quoq; affatim attollatur, sumendum tibi profecto fuerit in ptisanæ coctionem, dummodo hac ratione (quatenus liceat) construere tibi certum sit. Iam sanè quænā optima aqua, quoq; pacto hanc discernas, tum quod probatissimum hordeum, & quibus id agnoscas indicijs, summatim recensuimus. Reliquū dicendo tertium est, utiq; coctio. Construunt sed enim nōnulli ptisanam, mortario prius hordeum in exiguas infringentes partes, dein subito coquētes adijciunt† elixationem * alij uero amylum, sunt qui cyminum & mel. Sed uitiosa id genus confectio est. Verum præstantissima, quamq; merito cōcinnes, huiuscemodi fuerit: Primum hordeum crudum in aqua macerato, deinde manibus adeo terito, ut tenuis membrana cōspiciatur: post hæc iterum manibus eatenus scilicet ualenter conterito, ut quodq; glumosum excutiatur. Atqui sicui est animo, hanc plus abstersiuam efficere, satius fuerit eam simul cum mēbrana decoquere. Fit autem elixatio hoc modo, ut scilicet hordeum primo diu cogatur: mox ad mollem quoque ignem, donec multum succulētum reddatur. Sic sanè elixata, quicquid inerat flatuum deponit, atq; cuncta nanciscitur commoda, quæ attestatus est Hippocrates. Siquidem uiscidum eius (inquit) lene, continuum, & blandum est, lubricum, modiceq; cum humore flaccidum: sitim obrepere non sinit: & (dummodo eo usus sit) facile infernis elabitur: neq; adstringit, aut moleste uellicat: nec dum in uentre est, in tumorem eleuatur: nimirum cum tam in elixatione tumuerit, quatenus uel maxime tumescere natum erat. Quòd uero ptisana nil contineat glutinosi, aut obstructioni aptum, (ueluti uniuersa cætera quæ lenta sunt) perspicuum est. Detergit nanq; non sordem corporis solum, sed & exhibita pituitosum quoq; in uentre humorem expurgat. Porrò abundans decoctio, exacta'que mistorum unio, hunc apparentem efficit lentorem.

†ἕψημα, id est sapa

A Atqui nec euidens eius uiscidum, ullam sanè habet asperitatem: uerum lene penitus, atq; æquale est: quinimmo & continuum: siquidem nullius adstrictionis, aut acredinis (è quibus asperitas nascitur) particeps existit. Lene autem necessario continet, non modò tactu, sed & ipsa potentia: quippe alia lenta (quemadmodum sunt oleum, mel, atq; reliqua) tangenti tibi lenta uidebuntur, & æqualia, nihilq; inesse inæqualitatis, ut scilicet aliquod tenue, aliud crassum, aut diuulsum, seu diuisū sit: atque ex hoc cernuntur lenitatem tactu possidere, in alia autem quapiam actione facultateq; haudquaquam. Sed enim illa admota, neque uniuersas corporis particulas iuxta & continue humectant, uerum dissident in hoc ab inuicem omnium uiscidorum partes, pręter ptisanam. B Hæc nanq; à tactu lenis existit, continua, diuulsionisq; expers: atque talis ipsa consistit potentia. Illa utiq; gustu nullam referunt suauitatem: Hæc uero inter alia & saporis quoq; quiddam dulcis, blandiq; exhibet, ac potissimum ęgrotantibus. Iam tametsi panis reliquis præstet uirtute, atqui & is iniucunditatem multā habet, & si maceretur aqua (ut sanè indiget mansum.) Rursus uel hac parte ptisana longe superior fuerit, cum ne ullam quidem dum manditur, inferat insuauitatem, habeatq; quoddam lubricum, id qúe maxime huius succus: nec opplendo quippiam in transitu relinquat, ueluti cūcta tenacia (hac dempta) facere solent. Siquidem hæc, quòd ei detergendi uis insit, facile in partes secundum thora- C cem commeat: sic & ad excretionem, digestionēq; idonea est, atq; maxime his, cum quæ assumunt, grauiter iecoris partes transeunt. Cæterum flaccida moderate existit, id est madida, ac sitim abigēs. Madidum utiq; ex aqua nanciscitur, ueruntamen idipsum quoque confractum, ob hordei uidelicet naturam modice siccantem. Nam quod ex dissidētibus complicatum est facultatibus, ascititiā quandam naturam sortitur, atq; ab extremis alienū est. Sitim autem reprimit, ceu humidum, atq; eandē (quantumuis humiditate inferior sit) plus aqua compescit. Porrò quòd citius digeratur, quòd ob eius lentorem firmam quandam habeat humiditatem, quodq; præterea frigida sit, horum inquam nomine, febribus ardentibus accommodatissima D est. Nimirum his omni ex parte opponitur, refrigerans scilicet & humectans, ac succos putridos detergens, atq; non parum alimenti corpori cōferens: semiputres uero succos concoquens, & incommodum humorem transmutans. Hæc autem uniuersa adipiscitur, cum interim nullius adstrictionis, aut uentriculi euersionis particeps sit.

* Lenis autem est, non solum dum tangitur, uerum etiam sua ipsius tum actiōe, tum facultate. Est uero blandi saporis, hoc est nullam habens insuauitatem, humida, atq; ob præsentem lentorem sitim arcet. Quòd autem lenis, madida, iucundaq; sit, adstrictionis, aut alterius ualidæ qualitatis expers est. Et inter cætera omnia, quòd commodum elixata sit, sitim obrepere uetat.

uetat. Ergo cum sic se habeat, acutis febribus admodum conueniens fuerit. Nec ea tantum gratia, quòd his undequaque repugnet: sed quòd è maxime concoctilibus sit, ac in nulla non qualitate imbecillima, digestúque facilis, atque ob detersiuam uim, putridos succos lustret, semiputres autem concoquat. Verum haud nude, in morbis hanc porrigere expedit: sed circunscriptionibus multis opus est. Neque enim periculi discrimine laborantibus eam dare conuenit: nec his qui indigeant uenæ sectione, aut purgatione, aut quopiam clysteri: nec quorum uenter excrementis redundat, aut ingenti quodam cruciatu turbatis: minime tamen his, qui medicinalibus fomentis, uel sanguinis imminutione, uel purgatione indigeat. Contemplandæ porrò sunt, tum occasio, tum exhibendi mensura.

* Sanè itaque si quispiam semel uesci assueuerat, & huic unicam exhibebis potionem: sin uero bis in die nutriebatur, duplam efficies portionem. Adcrementum autem sorbitionis'que adiectio, nequaquam in aridioribus morbis admittenda est: siquidem hi ualidiores ptisana potiones expetunt, quæ scilicet uberius madefaciant. Sunt uero morbi sicci, πλευρῖτις, id est lateris dolor: περιπνευμονία, id est pulmonia: ac in uniuersum, qui in pectore consistunt: cum uidelicet nullum sputum reddatur. Hi etiam qui in iecinore, uentre, & intestinis sunt, nimirum dum aut nihil excernetur, aut durum, nec ut necessum erat, aut dignum memoratu. At quæ in arterijs & uenis contingunt ariditates, hæ tum lingua, tum externo colore perspicuæ fiunt. Sic & qui in capite sunt affectus, patent, dum nihil uel palato, uel naribus expurgatur. Pari modo siccæ phlegmones, atque hulcera existunt, cum haud quicquàm secernant saniei. In huiuscemodi igitur ægritudinibus ptisanam conficere minime conuenit: nam has humectare nequit: proinde cum non nimis madida sit, atque idcirco his morbis parum conferat utilitatis (utpote multam ualidamqúe exposcentibus humectatricem facultatem) hinc è repletionis quoque offensa, corpo-

A ra tentaret. Cum uero corpus humidius extiterit, ac ex pulmone quippiam sputi procedat, augenda atque adijcienda ptisanæ exhibitio fuerit: hæc nanque madefaciens, iuxtaqúe incidens largam in corpore humiditatem, afferendo scilicet huius particulis, ob syncerum alimentum, robur, breui animal ab turbante malo succo explicat: quippe cum ambo conueniant, uitiosa excrementa facile expurgantur. Sed ne ullum quidem alterum datur inuentu, quod siue ut medicamentum, seu tanquàm nutrimentum exhibeatur, horum amborum compos sit: siquidem aut modice attenuando, humens præbebit alimentum, ueluti sunt panis, alica, oua, & pisces: aut si incisiuæ fuerit facultatis, & madefacere & nutrire neutiquàm poterit: sicut est acetum mulsum, & siquod id genus

B aliud. Verum hos usus omnes ptisana complectitur. Atqui hæc ipsa nil sanè emolumenti conciliarit, si citra circunscriptionem adhibeatur: quin potius si porrigatur, uel exitij causa constituitur: nempe cum excrementorum purgationis nomine, clysteri indigeat æger: uel uenæ sectione, sanguinis redundantiæ ergo: cum scilicet dolor ex repletione nascitur, si tum ptisana afferatur, utique causa interitus fuerit: forsan duplam quoque efficiens repletionem. Eapropter haud expedit hanc febre affligente, propinare, siue hæc cum cruciatu sit, siue eo careat. Sed neque si paulo ab nutrimento (antea quàm inferius excernat) febri homo corripiendus est. Huiuscemodi autem

C circumscriptiones, non ad succum solum, sed ad ipsam etiam ptisanam attinent. Quibus itaque emolumento fuerit, his non conueniet hanc illico porrigere: at primum dumtaxat succum, uel succi quiddam uberius: ptisanæ autem parcius: mox utrunque ex æquo: tandem eam solam: pro comperto habens, ptisanam in robur, corporisqúe alimentum, maximopere conferre. Cremorem uero facilium esse tum operationis, tum concoctionis, digestionisqúe. Hæc habui, quæ de ptisana summatim referrem: quò agnoscas & moderatum eius usum, & necessarias circunscriptiones.

CL. GALENI DE PARVAE PILAE EXERCITIO.

VALERIO CENTANNIO VICENTINO INTERPRETE.

Q VAM quidē ad bonā ua-
letudinem cōferant exer-
citia ò Epigenes, quāq; ip-
sa opus sit cibaria antece-
dere, ab antiquis præstan-
tissimis, tum philosophis,
tū medicis sufficienter tra-
ditū est: quā uero illa, quæ
ex parua pila habetur ex- B
ercitatio alias oēs excellat, hoc nondum satis prio
rum quispiā explicauit. æquū igitur est, ut qđ hac
in re sentimus, id nos in mediū afferamus. tu aūt di
ctorū eris iudex ' quippe qui omniū optime eius
artē exercueris. at uero ijs sanè utilia dicta esse ui-
debuntur, quibus uel tu cōmentariolum hūc fue-
ris impertitus. ea nanq; (ut arbitror) omniū cōdu-
centissima est exercitatio, quæ non modo corpus
fatigare, uerum etiam animā oblectare possit. &
profecto qui leporū, ceruorum, aprorū, cęterorūq;
id genus insectationē, nec non aliam quālibet ue-
nationis formā adinuenerunt, uoluptate, oblecta-
mento, & cupiditate laudis, horū laborem tēperā-
tes, illi sapientes, & humanæ naturæ peritissimi ex
titere. tantū eīn in ipsa potest motio animæ, ut & C
multi præ sola lætitia morbos euaserint, multi etiā
præ mœrore ægrotauerint. neq; ulla est tam uehe
mens corporis passio, ut affectiōes animæ uincat.
non igitur paruipendere oportet huius motiōes:
quales nam sint: immo uero lōge magis q̄ corpo-
ris motus obseruare: tum alijs de causis, tū q̄ cor-
pore dignior sit anima. hoc igitur omniū; quæ ex
hilaritate cōstant, exercitationū cōmune. alia ue-
ro earū sunt propria, quas nobis ex parua pila cō-
paramus: quæ nos nunc exponemus. Principio
II quidem adest facilitas. si igitur cōsideraueris quā-
to egeant apparatu, & ocio, tum cætera omnia ue-
nandi exercitia, tū quę lepores, ceruos, apros, atq;
id genus alia, canibus insectando fiunt, tibi mani-
feste cōstabit, neq; ciuilibus addictos negocijs, ne D
que artifices ipsos ad huiuscemodi exercitia acce-
dere posse: multa eīn hæc, atq; admodū liberū ho-
minē exposcunt. hoc aūt solū adeo familiare est, ut
ne quidē infimus eius indigeat apparatu: non eīn
retibus, non armis, nō equis, non uenatorijs cani-
bus, sed pila sola, et quidē parua, opus est. adeo ue
ro actionū aliarum rationē habet, ut earum nullā
sua causa nos deserere cogat. quid uero unquā cō-
modius esse possit, q̄ quod et humanā fortunā om
nem, atq; actionē admittat? uti nanq; uenandi ex-
ercitijs nobis nō adest facilitas: diuitias eīn instru-
mentorū apparatū suppeditantes, ociūq; liberum
opportunitatē attendēs exigūt: paruæ aūt pilæ ex-
ercitationis instrumentorū apparatus uel infimis

(ut dictū est) facilis existit: atq; utendi occasio uel
plurimū negocijs addictos expectat. cōmodū igi-
tur, qđ in huiuscemodi exercitatiōis facilitate cō-
sistit, tale est. eam uero aliarū omniū quam integer
rimā esse, hinc potissimū cognoueris: siquidē ipsa-
rum uniuscuiusq; uim, & naturā intueberis: alias
enim singulas inuenies, uel uehementes, uel mi-
tes, uel corporis inferiora magis, uel superiora,
uel præter cæteras partē aliquā, ut ilia, caput, ma-
nus, aut thoracem mouentes: quæ autem omnes
corporis partes æqualiter moueat, possitq; & in sū
mam uehementiā tolli, & in minimā motionē de-
primi, aliarū nullam inuenies, illa excepta, quę ex
parua pila habetur exercitatio: hæc inquam cōci-
tatissima uicissim, & tardissima, & ad placitū, utq;
corpus tolerare uisum fuerit, uehementissima, &
remississima fieri cōsueuit. sic uero & simul omnes
corporis partes, cū hoc pręstare uisum sit, & quas-
dam pręter cæteras, cum hoc itidem uideatur, mo
uere licet: cum eīn inuicē congrediētes, seq; ne cō
stitutus in medio pilam excipiat, mutuo uetantes
laborauerint, maximū id, uehementissimūq; est,
multis utpote colli obuersionibus, multisq; palæ-
stricis occursibus cōmistum: adeo ut & caput, &
ceruix, colli obuersionibus, latera uero, thoraxq;,
& uenter, faciei elationibus, ac depressionibus, ex
pulsionibusq;, ac obnixibus, alijsq; palæstricis ri-
tibus fatigentur. eodē aūt exercitationis genere,
iliaq; uehementer, ac incessus fundamenta crura
tenduntur. progressus uero, & in obliquū saltita-
tio non paruum est crurū exercitium: immo re ue- III
ra id solum est, quod omnes eorū particulas sūma
cum iustitia moueat. dum eīn procedimus, aut re-
cedimus, aut nos in obliquū transferimus, alij atq;
alij nerui, ac musculi plus fatigantur. quicūq; etiā
uno motionis genere crura mouet, quemadmodū
qui sine ratione cursitant, sic quoq; non secus, q̄
qui crebro sese in obliquum transferunt, partes in-
equaliter exercet. uerum quemadmodū cruribus,
sic & brachijs, exercitatio hæc sūma cū iustitia ꝓ-
priū partit̄ opus: siquidē in omni figura pilā exci-
pere cōsueuerūt. hic eīn necesse est, figurarū uarie
tatē alios atq; alios musculos uehemētius tēdere:
adeo ut oēs uicissim laborantes, intermissionē his
habeant ęqualē, qui dum alij operant̄, quiescunt:
atq; ita uicissim oēs operantes, & quiescētes, neq;
segnes omnino relinquātur, neq; soli laborātes las-
situdine corripiant̄. q̄ aūt & oculos exercere opor
teat, hinc uidere licet: si animaduerterimus q̄ nisi
quis, quò uergat pila, diligēter præuiderit, quo mi
nus eam attingat, ipsū aberrare necesse est. In hoc
aūt & consiliū æquale solicitudini paret opus est,
tum illā ne humi incassū deijciat, tum ut uersantē
in medio

in medio eandem assequi prohibeat, uel ipse trans/
missam rursus excipiat. atqui solicitudo corpus so
la quidẽ extenuat, cuipiam uero exercitio, ac lau/
dis desiderio commissa, utpote in lætitiam desi/
nens, ad bonam corporis ualetudinem, atque pru
dentiam plurimum confert. illud autem exerci/
tium non modicum præstiterit usum, quod ambo
corpus uidelicet, atque animum, pro sua utrius-
que uirtute iuuare possit. quòd autem maximis
ambo exercitijs afficere possit, ad quæ militum im
peratores potissimum accedere ciuitatis reges le/
gibus iubent, uidere non est difficile. hostem ete/
nim opportune inuadere, atque inuadendo late/
re, nauiterque prouinciam suscipere, aduersario/
rumque res, uel ui, uel extemporario aggressu si/
bi suas facere, ac parta tueri, optimi est imperato/
ris: atque, ut simpliciter dicam, exercitus impe/
rator, & custos, & fur egregius esse debet. artis
enim illius uniuersæ hæc est summa. Nunquid
igitur aliud quidpiam exercitium æque idoneum
sit, hominem ut instituat, aut parta defendere, aut
præcipitantia restituere, aut propositum aduer/
sarij præuidere? mirum profecto, siquis dixerit a/
liud quidpiam inueniri: multa nanque ipsorum
contrarium efficiunt: ignauos siquidem, & som/
nolentos, ac sensu hebetes reddunt. etenim qui/
cunque in palæstra laborant, ad crassitudinem po
tius quàm ad uirtutis studium excitantur: multi
siquidem crassitiem adeo contraxerunt, ut uix re/
spirare possint. huiusmodi sanè homines, nec mi/
litiæ, nec regijs negocijs, aut ciuilibus utiliter præ/
fici possent. suibus potius, quàm illis, rem quamli
bet mandare quis possit. Forsitan autem existima
ueris me cursum, & quæcunq; corpus extenuant,
exercitia probare: uerum hoc secus habet: ego e/
nim quod immodicum est ubiq; damno, artemq;
omnem modice tractandam censeo: quòd siquid
mensura caruerit, pulchrum illud haudquaquam
fatebor. Cursus igitur minime laudauerim: quip/
pe qui corporis habitum extenuent, hominemq;
ad fortitudinẽ nullatenus assuefaciant. non enim
celeriter fugientibus uictoria debetur, sed ijs, qui
cominus ualeant obdurare. neq; quòd celerrime
currerẽt Lacedæmonij plurimum potuerunt: sed
quòd hostes persistendo trucidarent. quòd si cur/
sus quàm bonæ prosit ualetudini quæsieris, quate
nus corporis partes inæqualiter exercet, eatenus
salubris nõ est censendus. Necesse est enim in hoc
alia quidem nimis fatigari, alia uero penitus torpe
re, quorum neutrum conducit: immo uero ambo
morborum gignũt semina, uiresq; imbecillas red/
IIII dunt. Exercitium igitur id potissimum commen
dauerim, quod bonam corporis ualetudinem, ac
partium cõcinnitatem, unaq; animi uirtutem præ/
stare possit: quale illud est, quod in parua pila con
sistit: animum etenim undique iuuare potest, om/
nesq; corporis partes pari modo maxime exercet
id quod & ad bonam ualetudinem plurimũ con-
fert, & corporei habitus cõmensurationem efficit:
utpote quod crassitiem nullam immodicã, aut gra

A cilitatem afferat: quin potius actionibus robore,
aut celeritate indigentibus sufficiens sit, atque ido
neum. Quantum igitur ad uehementiam attinet,
nullo omnium est inferius. Molliciem autem de/
inceps uideamus: hac enim aliquãdo indigemus:
aut propter ætatem, quæ maximos labores, uel iu
nior nondum ferre, uel antiquior iam facta non
etiam sustinere ualeat: aut quòd lassitudini cõsule
re uelimus: aut quòd à morbo conualescamus. in
ea quoque (ut mihi quidem uidetur) reliqua cun/
cta excellit: nullum est enim adeo lene, modo le/
niter ipsum tractaueris. oportet autem ipso medi/
um te locum obtinentem, nullaq; ex parte ab eo,
quod modicum sit, declinãtem, nunc quidem sen
sim procedendo, nunc uero loco stando, ac deni/
B que membra non admodum agitando uti. molli/
bus postea ex oleo frictionibus, calidisq; balneis
uteris. Hoc quidẽ omnium est remississimum: a/
deo ut & quiete indigentibus utilissimum atq; ad
imbecillas uires reuocãdas ualentissimum, seniq;
ac puero sit conducentissimum. Quæ uero hoc
quidem laboriosius, mitius uero quam quod ue/
hementissimum sit, in paruæ pilæ exercitio fieri so
lent, ea quoq; cognoscat opus est, quicunque ipsa
recte semper tractare uoluerit. Etenim si quando
ob necessaria negocia, qbus persæpe detinemur,
aut supernas partes omnes, aut infernas, aut ma/
nus duntaxat, aut pedes immodice fatigaueris, ti/
bi licet exercitatiõe huiuscemodi partim quidem
C sistere, quæ prius laborarunt, partim uero quæ an
tea penitus torpuerunt, ad parem illis motionem
ducere. Siquis enim è multo interuallo crurũ o/
pus, aut nihil, aut omnino parum admittens, ma/
gno cum conatu proijciat, inferna quidem sistit,
superna uero uehementius mouet. quòd si plerun
que, ac celeriter cursitãs, è multo interuallo perra/
ro pilam proiecerit, inferna magis fatigabit. festi/
natio insuper, ac celeritas in ea reperta absque gra
ui conatu, anhelitum magis exercet. alterum ue/
ro, receptio uidelicet, ac transmisio, exceptioque
absq; celeritate, corpus magis intẽdit, ac roborat.
at si uehemẽs conatus, unaq; festinatio fuerit, hoc
& corpus, & anhelitũ magnopere fatigabit, eritq;
omnium exercitiorũ uehemẽtissimum. Quousq;
autem pro singulo quoq; usu intendenda, aut re-
D mittenda sit exercitatio, scribere quidem impossi/
bile: neq; enim fieri potest ut uniuscuiusq; quanti/
tas explicetur, in opere tamen ipso adinuenire, at-
que ostendere possumus: in qua sanè uis tota ma/
ximè consistit. nihil enĩ prodest qualitas, ubi quan
titate labefactetur. hoc igitur sit curæ pædotribæ,
qui exercitationi sit præfuturus. Reliquum aũt
sermonis nostri absoluatur. animo est enim præter V
bona quæ mihi dicta sunt, huic exercitio nõ nihil
etiam addere: neq; ullo pacto, ꝙ citra pericula sit,
quibus aliorum plurima sunt obnoxia, missum fa
cere. cursus enim celeres rupto uase præcipuo mul
tos iamdudũ perdidere. itidem & uoces magnæ pa
riter, ac uehementes, uno tempore affatim emissæ
maxima detrimenta non paucis attulere. uiolenti

quinetiam equitatus circa renes, sæpe quoq; circa A thoracem aliquid fregere: nonnunquam etiam seminarijs meatibus noxã intulere. taceo equorum delicta: quibus sæpe à sella delapsi equites illico sunt pernecati. eodem pacto & saltus, & discus, & quæ per flexiones fiũt, exercitia se se habẽt. Quid autem de ijs dicendum qui in palestra uersantur? quàm omni ex parte, non minus quàm quę apud Homerum, lęsi sint. Quemadmodum enim ille inquit poeta claudas, rugosas, atq; oculos distortas esse preces: sic eos, qui in palæstra uersantur, uel claudos, uel distortos, uel fractos, uel omnino mutilos uideris. Cum igitur præter bona quæ dixi, id quoq; accedat paruę pilæ exercitio, ut scilicet neque periculo sit obnoxium, aliorum omnium ad usum optime patebit.

CL. GALENI LIBELLVS
DE COGNOSCENDIS CVRANDISQVE ANIMI MORBIS QVAS PERTVRBATIONES LATINI APPELLANT.

BERNARDO DONATO VERONENSI INTERPRETE.

Postquam etiam in commentariũ redacta tibi habere uis ea, quæ olim tibi respondi, cum interrogasses nos de libello, quẽ Antonius Epicureus scripsit de subsidio aduersus proprios affectus, hinc iã hoc ipsum agam, hincq; initium sumam. Optimum quidem factu fuisset, si ipse Antonius aperte explicasset, quid tandem subsidij nomine uellet significari. ut uero ex ijs cõiecturam facere licet, quæ in ipso libro memorat, uidetur mihi eo uerbo, aut obseruationem, aut diiudicationẽ intelligere, aut etiam correctionem. Siquidem ille, ut nosti, pleraque eorum quæ dixit, ita obscure elocutus est, ut conijcere longe facilius sit quid dicat, quàm planè percipere. modo ẽm nos hortari uidebitur, ut cogitemus, nos quoque ipsos similiter ac cæteros peccare, modo autem quo pacto singula quæ ab unoquoq; peccentur, unusquisq; dijudicet ac dignoscat. modo qua ratione quis seipsum à peccatis abducat. quod quidem mihi eiusmodi orationis uniuersæ caput esse uidetur. cætera uero omnia inutilia planè ac superuacanea sint, nisi ad hoc ipsum referantur. oportet autem in ijs maxime infortunijs, quæ propter peccata eueniunt, seipsum corrigere. nam illius interdum quasi de solis affectibus oratio est: plerunque tanquam de peccatis: nonnunquam de utrisque tibi disputare uidebitur. ego uero hoc ipsum primum, ut nosti, iam pridem distinxi, cum peccata quidem ex falsa opinione committi affirmaui: affectum uero seu perturbationem ex quadam experte rationis ui fieri, quæ ipsi rationi minime obtemperans sit. communi autem uocabulo (quod quidem ad significatum ampliorem pertineat, qui genus ipsum magis attingit) utraque peccata appellari. dico autem illum peccare, qui, B exempli gratia, aut immodestius, aut animo concitatiore aliquid agat, aut calumniæ credat. scripsere igitur & alij ex philosophis pleriq;, & Chrysippus præterea, quæ ad remedia pertinerent animi perturbationum. tractauit etiam Aristoteles eandem materiam, & eiusdem philosophi sectatores. ante hos uero etiam Plato. & satius forsitan fuisset ita ab illis uiris hæc discere, quemadmodum ipse quoque didici. uerum tamen hoc priore libro, capita tibi omnia, quoniam ita iubes, breuiter exponam, eo planè ordine, quo me respondentem audiuisti, cum de Antonij libello interrogasti. Quod igitur peccare nos probabile sit, tametsi nihil prorsus ipsi nosmet aberrare C existimemus, ex ijs quæ dicam, argumentari facile fuerit. Cernimus cunctos homines existimare seipsos aut esse omnino sine omni peccato, aut in paucis exiguisq; rebus rectam rationem offendere: hocqúe ipsum illis maxime accidere solere, quos alij plurimum peccare arbitrantur. quam sanè rem ego, siquam aliam præterea, plurimis notam habeo experimentis. ergo quicunq; alijs permiserunt, ut de seipsis ferrent sententiam ac iudicarent, quales nam sint, hos in paucissimis aberrare solitos animaduerti. at quicunque se ipsos esse optimos existimarunt, nec alijs iudicium sui ipsorum D facere permiserunt, hos contra, & in maximis rebus & in plurimis offendẽtes inspexi. quocirca, quod ipse quondam adhuc puer temere laudari putabam, (id autem erat Pythium illud, quo iubetur unusquisque seipsum cognoscere) propterea quòd magnum non esset præceptum, hoc postea deprehendi, merito admodum commendari solere. nam is solus qui sapiẽtissimus est, perfecte se ipsum cognoscit. reliquorum autem omnium, perfecte quidem nullus: alius autem alio & magis & minus. quod enim in uita uniuersa & in artibus omnibus uidemus, ut magnas quidem atque insignes rerum eminentias differentiasqúe quiuis

quiuis unus è multis facile posſit diſcernere, exi/
guas aũt ac tenues, ij duntaxat qui & prudentes
ſint & ipſarũ artium periti: idẽ in peccatis quoq;
atq; affectibus uſu ſolet uenire. ſiquis enim, exem
pli gratia, minima de cauſa uehemẽter iratus mor
deat, ac uexet ſeruos domeſticos, tum is tibi pla/
nè uidebitur malo quodam affectu teneri. item ſi/
quis ebrius inter ſcorta & laſciuos cœtus diuer/
ſetur. ac mediocriter animo cõmoueri ob magnã
amiſſam pecuniã aut ob repulſam atq; ignominiã,
quãuis in genere affectuũ contineatur, nõ tamen
ęque ut illud ſuperius perſpicuum eſt: ſicut ne pla
centam quidem exedere auidius. uerum tamen
hęc quoq; emendationis indigere, ei qui animum
ſuum execuerit, & à cunctis affectibus uindicaue
B rit, haud dubium eſt: quamuis eadem euitare, pro
pterea ꝙ parua ſunt, magis arduũ ſit. quiſquis igi/
tur uolet ſe & honeſtum & probum fieri, is neceſ/
ſe eſt cogitabit, prima à ſe peccata ſua ignorari:
quæ ut cuncta deprehendat, cum poſſim ego dice
re quo pacto ipſe deprehenderim: nondũ tamẽ id
dico, propterea quòd fieri poteſt, ut hic libellus e/
tiam in aliorum manus aliquãdo perueniat: quos
ipſos quoque exerceri uolo quoad rationem qua
peccata ſua agnoſcant. quẽadmodum olim, cum
eadem de re loqueremur, te itidem mihi dicere po
ſtulaui, & quam diu illa ipſa tibi uideri ſignifica/
ſti, cõticui. quare etiam nũc eodem modo agam:
& exhortabor eum qui hoc ſcriptum noſtrũ lege
C rit, ut quod ipſi permiſſum ſit ac relictum, id quæ/
rat, quomodo uidelicet unuſquiſq; poſſit ſeipſum
peccantem agnoſcere. duplicem enim, ut Aeſo/
pus aiebat, manticam è collo ſuſpenſam gerimus,
alteram quidem ante pectus alienorũ, alteram ue/
ro à tergo noſtrorum. ex quo fit, ut aliena ſpecte/
mus ſemper, propria autem nunq; intueri poſſi-
mus. quã quidem narrationẽ cum omnes probent
ut ueram, Plato etiam cauſam cur id fiat, nobis ex
ponit. quidquid enim amat, inquit, cæcum eſt er/
ga eam rem quam amat. itaq; ſi noſtrum quiuis ſe
ipſum maxime omnium diligit, unuſquiſq; no/
ſtrum ad ſe ipſum maxime cæcus ſit neceſſe eſt.
quomodo igitur propria mala inſpiciet? aut quo-
modo ſe peccantem intelliget? multo enim ma/
gis etiam nunc, q̃ res ipſa fert, tam Aeſopi apolo/
D gus q̃ Platonis oratio uidetur nobis noſtrorũ pec
catorũ inuentionẽ deſperabilem cõſtituere: ſiqui/
dẽ neq; quis facere poteſt quin ſe ipſum amet, &
quod amat, erga eam rem quam amat, cæcũ ſit ne/
ceſſe eſt. nec uero ipſe poſtulaſſem, ut qui hunc li/
brum legere inſtituerit, curet per ſe, ut ſibi uiã in/
ueniat qua peccatorũ ſuorũ cognitionẽ accipiat,
niſi res ipſa difficilis admodum foret, quãuis quis
uel q̃ plurimum eam rem apud ſe ipſum tractaue/
rit. proinde ego hic meam enucleo ſententiã, ut ſi
quam aliam quiſq; præterea rationẽ per ſe ipſum
inuenerit, mea quoq; ſibi aſſumpta, liberalius ad/
iuuet, quippe qui duas ſalutis uias pro una ſit na/
ctus: ſin minus, at hac noſtra ſaltẽ uti poſſit, donec
aliam meliorẽ offenderit, ſed iam uidetur eſſe tem

A pus, ut quænã hæc ſit mea in mediũ proferã, hinc
ſumpto initio. Quoniã peccata ob falſam opinio-
nem committi ſolent, affectus autem ſeu perturba
tiones ob expertem rationis appetitũ, placuit mi/
hi prius me ipſum liberare ab affectibus. par enim
eſt nos ab his detentos falſa opinari. ſunt autem a/
nimi uel affectus uel perturbationes, quę omnes
nouimus, impetus, ira, timor, mœror, inuidia, ue/
hemens cupiditas: mea uero ſentẽtia etiam nimio
alicuius rei qualiſcunq; ea ſit, uel amore uel odio
occupari, in genere affectuũ eſt habendum. probe
enim dictum eſſe uidetur, menſurã eſſe optimam,
tanquã nihil bene egregiéue fieri poſſit ſine men/
ſura. quo modo igitur quis iſta unquam eijciet, ni
ſi prius ea ſe habere cognouerit? at uero ut quis co
B gnoſcat fieri non poteſt, quemadmodum iam di/
ctum eſt, quandoquidem nos ipſos amamus uehe
menter. Cæterũ & ſi ratio hæc tibi nõ permittit, ut
de te ipſo iudices, at ſaltem ut de alio, quem neq;
ames neq; oderis, iudicium feras, tibi non adimit
poteſtatẽ. cum igitur audieris in urbe quempiam
ex ijs quos tibi neq; amore ullo neque odio proſe
quendos intelligis, laudari à multis ꝙ nullis homi
nibus aduletur, tum tu ubi ad illũ propius acceſ-
ſeris, quò de illo poſſis ferre iudicium, num ſit ta/
lis, qualis eſſe perhibetur, huiuſmodi periculum
fac. Primum ſi uideas ab homine & diuitũ & ap/
prime potentum, aut etiam principum ac tyranno
rum ædes frequentari, pro comperto habe, te fru
C ſtra audiuiſſe hominem omnia uera dicere ſolere.
(obſequia quippe iſtiuſmodi mendaciũ ſequi con
ſueuit.) deinde ſiue id genus hominum ſalutan/
tem, ſiue illis ſe ipſum comitem exhibentem, con/
uiuijs ue illorum ac cœnis inferentem, cõſpicias.
quiſquis em̃ huiuſce generis uitã ſibi ipſi ſequen-
dam propoſuit, non ſolum nõ uerax eſſe conſue/
uit, ſed etiam omnẽ malitiam habere neceſſario,
quippe qui aut pecuniarum, aut principatus, aut
glorię, aut honorũ ſit cupidus, & uel aliquibus ho
rum ſeorſum, uel omnibus ſimul inſidietur. quem
uero neq; ſalutare, neq; comitari id genus homi/
num, neq; cum ualde potentibus ac diuitibus cœ/
nitare, ſed frugi ac temperato uictu uti ſolitũ com
pereris, ſperaueriſq; ueridicũ, conare hunc quoq;
profundius altiuſq; cognoſcere, ut ſcias, cuiuſmo
D di tandem ſit uita. talem porro cognitionẽ ſingu-
lorum ex longiore cum ſingulis cõſuetudine com
parare ſolemus. ꝙ ſi talem offenderis, qualem ſpe
raſti, ſeuoca aliquando hominem, & cum ſolo ſer
mõnem cõfer, rogaq; ut ſiquem tibi ex illis animi
affectibus turbulentis inhærere notauerit, eũ con
tinuo indicare ne grauetur, teq; illi maximã habi/
turum gratiã pollicere, exiſtimaturumq; te ab ipſo
magis ſeruatum, q̃ ſi corpore ægrotantem ſanaſ/
ſet. ꝙ ſi ille recipiat ſe facturũ, cum primum te ali
quo tali uitio laborantẽ inſpexerit, deinde longo
dierum interuallo interiecto nihil dixerit, interim
uidelicet tecũ aſſidue uerſans, accuſa hominẽ, ro/
gaq; iterũ aliquãto blandius q̃ prius, ut quidquid
taliũ perturbationũ in te reſidere animaduerteris,
illico

illico tibi significet. qui si tibi respondeat, propte- A
rea se nihil tibi dixisse, quòd tali tempore nihil in
te istiusmodi deprehenderit, ne cōtinuo illi fidem
adhibeas, néue existimes, te repēte omnino incul-
pabilem euasisse: sed duorū alterum in causa esse:
aut propter negligentiā incōsideratiorē amicum
fuisse, nec animaduertisse: aut redarguendi uere-
cundia impeditum tacere: aut etiā nolle tibi in o-
dium uenire, cum haud ignarus sit omībus, ut ita
dicam, hominibus hūc morē esse, ut eos oderint,
qui uera loquantur: aut si nihil horum est, scito ho
minem propterea tacere ꝙ nolit ipse tibi prodesse:
aut etiam propter aliud quidpiam, quod à nobis
neutiq; probatur. nam si mihi hoc credideris nūc,
fortasse fieri non posse, ut tu nihil peccaueris, lau-
dabis post ubi uideris omēs homines singulis die- B
bus innumerabilia peccata committere, & affecti
bus ductos agere quæ agant, neq; tamen agnosce
re se ipsos tales. quare neq; tu quidem arbitrare te
ipsum aliud potius esse q̃ hominem. id porrò arbi
traberis, si persuasum habeas, perpulchre à te acta
omnia quæcunq; non uno tantū mense, sed etiam
uno die egeris. Verum forsitan dices, siquidem li-
tigiosus propterea es quòd uel ex animi proposi-
to, uel ex prauo quodam more talis euaseris, uel
etiam rixarum amator sis natura, quantum ex ijs
uerbis, quibus ego nuper usus sum, cōijcere licet,
uiros sapientes aliud esse potius q̃ homines. at tu
isti rationi, quæ una est, nòstram quæ est duplex,
opponito: unam quidem quòd omnino sine pec-
cato sit sapiens: alterā uero, (quod ad eum qui illā C
priorem concesserit, spectet,) siquidem sine pecca
to sit sapiens, eum ne hominē quidē esse: quod ue-
ro ad ea pertinet, quę de hac ipsa re & propter hoc
ipsum dicta ab antiquissimis philosophis audisti,
sanè Deo similem esse sapientem: at te tamē Deo
similem repēte fieri nunquā potuisse. quādo enim
qui totam uitam exercuerunt ut se ab affectibus li
berarent, non credunt id se perfecte atq; omni ex
parte consecutos, nimirū tu id multo minus, qui
nūquam exercuisti. ne credito igitur illi qui dicit,
nihil à se animaduersum, quod à te ex perturbatio
ne sit gestum: uerū aut ꝙ tibi nolit prodesse, idcir-
co sic locutum existima: aut ꝙ non sibi obseruan-
da putauerit, quæ à te perperam agantur: aut ꝙ o- D
dium tuum timuerit, ac uitauerit. fortasse etiam ui
dit te aliquando ægre tulisse eum, qui tua peccata
tuosq; affectus malos reprehenderit: quamobrem
sibi tum tacendum putauerit. aut non credit, cum
dicis te uelle singula peccata tua inspicere, te id
ipsum agere re uera. ꝙ si tu, cum primum aliquid
cōmiseris, silentio abeas, haud ita multo post inue
nies non paucos, qui te non simulate, sed uere cor
rigant: longeq; etiam magis si ei qui te reprehende
rit, egeris gratias, quando hac ratione geri potest,
ut à te tuum malū recedat. post aūt si diligēter con
sideraueris, uerè ne te ille an falsò increpauerit, ex
ea re senties te magnam percipere utilitatem. si ue
ro idem assidue egeris, propositumq; tibi sit, te in
uirū euadere honestū & probum, facile talis fies.

nam in priore quidē tempore ne si omnē quidem
considerandi diligentiam adhibeas, poteris depre
hendere, te per calumniam & mendaciū iudicare,
tibiq; ipsi per imperitiam persuadere, nihil à te esse
omnino peccatum. cæterū hoc ipsum potius tibi
sit studium, hæc exercitatio, ut calumnias & con-
uicia æquo animo feras. quod ubi feceris, & satis
moratus satisqúe sedatus fueris, iamq; tuas ipsius
perturbationes animo perspectas habueris, tum
aggreditor respondere calumniantibus: sed neq;
acerbe unquam id facias, neq; redarguendi cōuin
cendi'ue aut etiam altercandi studio, nec uero te
illum alterum uelle deijcere ac prosternere signifi-
cēs, sed omē id tuæ ipsius utilitatis causa moliri. ut
si ille quoq;, dum cōtradicit, probabile quidpiam
obijciat, credas illum melius nosse, si modo illum
ubi satis lōga inquisitione exploraueris, extra cul
pam crimenq; reperias. hac ratione uolebat Zeno
omnia nos agere, itaq; tutos nos dicebat fore, si a-
geremus tanq; paulo post pædagogis rationē red
dituri. sic enim ille uir appellabat istos quorū non
paruus est numerus: qui licet à nemine usq; inui-
tentur, ad increpandos tamen amicos & propin-
quos suos promptissimi sunt. oportet autem eum
qui talia ab amico sit auditurus, neq; diuitem esse,
neq; cultu & reuerentia quadam apud ciues suos
conspicuū. nam si istiusmodi reuerentia insignis
fuerit, nemo planè illi uolet uera dicere ob timo-
rem, quemadmodū ne locupletibus quidem solēt
adulatores lucri gratia. quin etiam siquem istis ue-
ridicum aliquis casus obtulerit, ad se hunc illico
suosq; mores distrahere cōsueuerunt. siquis igitur
sit uel apprime potens, uel opulentus, qui uelit in
uirum egregium ac frugi euadere, ab hoc deponi
se ipsum necesse erit, atque his præsertim tempori
bus, in quibus nullus sit inueniendus Diogenes
qui uel opulentissimo ac monarchæ cuipiam sit di
cturus ueritatē. illi igitur quid sibi facto opus sit,
uiderint: tu uero qui neq; ex potentibus ciuitatis,
neq; ex opulentis es unus, permitte omnibus, ut
quicquid damnant in te, libere aduersum te dicāt.
neq; ipse aduersus quempiam indignare: sic uero
tibi sint omnes, ut Zeno dicebat, pædagogi uide-
licet. neque tamen par esse arbitrare, omnes æ-
que atque indifferenter attendere quid dicant, sed
eos tantum quos & optime uitam egisse, & proue
ctiori ętate iam esse perspexeris. qui aūt sint q optì
me uiuant, paulo ante à nobis dictū est. progressu
uero temporis ipse per te facile assequeris atq; in-
telliges quanta & qualia essent, quæ à te peccaban
tur: tibiqúe tunc scilicet ego maxime uidebor ue
ridicus qui nego quempiam sine affectibus aut si-
ne peccatis inueniri, etiam si optima quis natu-
ra sit præditus, aut etiā si apud gentes uixerit, quæ
optimis educationibus utātur: omnino autem ne
cesse est unumquenq; labi & errare in aliquibus,
eoq; etiam magis, quo quispiam iunior fuerit. ex-
ercitationis enim unusquisq; nostrum per totā fer
mè indiget uitā, ut in uirū perfectum euadat: neq;
tamen deterreri quempiam oportet ne se ipsum

conetur

conetur meliorem efficere, etiã si iam factus quin- A
quagenarius sentiat sibi animũ uitio & insanabili
& irreparabili deformatum. nam ne corpore qui-
dem male quispiã habens, malæ item habitudini
se ut uictum dediderit, etiã si quinquagenarius sit:
quin potius omni ratione conabit ipsum corpus
in melius restituere, quamuis cõpertum habeat se
nunq̃ Herculeã ualetudinem consecuturũ. ne igi
tur nos quoq; deterreamur, ne meliores nos ipsos
animo reddamus, quamuis cõpertum nobis sit, a-
nimum nos posse cõsequi sapientis: uerũ maxime
quidem etiam illum speremus nos habituros, si à
teneris usq; ipsum hũc nostrũ curare cœperimus:
sin minus hoc obtinere possumus, at saltem ne to-
tum omnino deformẽ illum geramus, ut Thersi-
tes corpus, solicite curemus. etenim si anteq̃ exi- B
steremus, fuisset in nostra potestate, cõuenire illũ
qui prouidebat, ut nasceremur, & primo quidẽ o-
rantibus nobis, ut corpus strenuissimũ generosis-
simũq; ab illo liceret accipere, ille denegasset, tum
profecto precati essemus, ut secundo saltẽ gradu,
aut tertio, aut etiã quarto proximũ primo bonæ
habitudinis corpus nobis concederet: itaq; si Her
culis non potuissemus, at Achillis accipere præcla
rum quiddã nobis uisum esset: quod si non huius,
at Aiacis, at Diomedis, at Agamẽnonis, at Patro
cli. sin ne horum quidem, at saltem aliorum quo-
rumpiam heroum præstantium. eadẽ, ut arbitror,
ratione, si quis supremam nequeat animi excellen
tiam obtinere, at saltem post supremos illos sapi-
entes in secundis, aut tertijs, aut etiam quartis se C
se haberi non recuset. hoc autem quod dico, non
eiusmodi est, ut fieri non possit, si modo quis ex-
ercere se ipsum uelit, & longiori tempore assidua
exercitatione periculum facere. ego autem cum
adhuc puer hæc audiuissem, & quodam tempore
hominem uidissem, cui nimia festinatione conãti
aperire hostium, res ex sententia non successerat,
& ob eam rem iratus clauẽ mordebat, calcibusq;
fores percutiebat, atq; in deos conuicia iactabat,
oculis instar eorum efferatis, qui in furias euase-
runt, ac propemodum ex ore spumam emittebat,
ut apri solent: tum eiusmodi odiũ aduersus iracun
diam cõcepi, ut nunq̃ postea quisq; me ob talem
affectum tristiorẽ uiderit. et sane hoc ipsum primo D
quoq; tempore erit satis, si neq; in Deos maledi-
cta iactabis, neq; calcibus feries, aut dentibus ag-
gredieris lapides ac ligna, neq; efferato uultu intu
eberis, sed intra te ipsum continebis atq; concul-
cabis iracundiam. nam ab ira prorsus liberari si-
mul ac quis uelit, non continuo quis potest. com-
primere aũt illius perturbationis intemperantiam
atq; insolentiam potest. quod remedium si sæpius
usurpauerit, agnoscet tandẽ aliquando ipse seipsũ
minus nunc propensum ad iram quàm ante, usq;
adeo ut neque ob paruas neq; ob magnas causas
in furorẽ se agi animaduertat, sed magnis tantum
modo irasci sceleribus. quin etiam ne hoc ipsum
quidem quod dico, irasci magnis sceleribus, post
eidem ultra eueniet, si id obseruabit, quòd ego,

cum mihi ipsi adhuc puer imperassem, in omni re
liqua uita obseruaui. id porrò est, nunquam à me
seruum mea manu uerberatum fuisse: quòd ipsum
patri quoq; meo usurpatũ memini. qui etiã com-
plures amicos increpare solitus erat, quos, in per-
cutiendo, famulis dentes cõfringere deprehende
bat, eos dignos esse affirmans, quibus serui illi in
ipsa uulneris inflammatione, cõuulsione tentaren
tur, ac sic interirent. quidni enim? quando eis lici-
tum fuerat paulo post & ferula & loris quotquot
libuisset uerbera infligere, et cõsilio q̃d ad illos ne
gocium pertinebat absoluere? porrò alij sunt qui
non pugnis solum, sed etiam calcibus feriãt, & o-
culos effodiant, & stylo uulnerent, siquando stylũ
manu teneant. uidi etiam quendam qui ira perci-
tus, calamum quo scribimus, in oculum serui infli
xerit. Adrianus quidem imperator, ut aiunt, cum
stylo serui cuiusdam sui oculum uulnerasset atque
eruisset, ac post illũ uidisset ex eo uulnere factum
unoculum, ad se uocauit, fecitq; ei potestatem, ut
pro illa calamitate munus à se peteret. cum autem
ille miser taceret, rursus hortatus est Adrianus, ut
quidquid uellet peteret. At ille negauit se aliud
quidq; petere, optare uero se oculũ quem amisis-
set. enimuero quod tandẽ munus inueniri possit,
quo oculus amissus rependatur? Cęterum quę mi
hi quoque olim acciderint, hic tibi narrare uolo,
quamuis eadem de re me sæpius tibi dixisse memi
nerim. Roma redeunti mihi factus est itineris cõ-
mes amicus quidam patria Gortinẽsis ex Creta,
uir cæteris quidẽ rebus non contẽnendus, quip-
pe qui & simplex moribus, & in amicitiã propen-
sus, & frugi, & in ijs quę ad quotidianos sumptus
pertinent, liberalis esset, sed usq; adeo iracundus,
ut suis ipsius manibus aduersus seruos uteretur,
interdumq; etiã cruribus, loro aũt, ac ligno, quod
cunq; irascenti occurrisset, multo libentius. cum
ergo iam essemus Corinthi, omnia quæ secum ue-
hebat supellectilia, una cum ipsis seruis, naui tra-
didit uehenda à Cenchreis Athenas usq;, ipse mer
cede conducto uehiculo terrestre iter Megaris fa
cere instituit. itaq; cum iam Eleusinem præterijs-
semus, ac Thriasiũ attingeremus, seruos quos se-
cum habebat, interrogauit de quadã supellectili,
at illi casu quid responderent, non habuerunt. fu-
rore ergo percitus, ubi nihil aliud habuit quo ado
lescentulos percuteret, gladiũ qui intra uaginam
cõditus erat, unà cum ipsa uagina arreptum in ca-
put infligit, nõ illum quidem qua latior planiorq;
est inferens, (sic em̃ nihil grauius accidisset,) sed
qua secãdi uim gladius habet. uagina igitur illico
dissecta est, atq; ingẽs uulnus in capite utriusq; ef-
fectum est duplex, bis em̃ utrũq; percussit. ubi ue-
ro plurimũ sanguinis effluere de uulneribus anim
aduertit, nobis eo in loco relictis, ipse Athenas il-
lico pedibus iter ingressus est, ne ipso adhuc præ-
sente aliquis seruorũ interiret. nos tamẽ postea ser
uatos illos Athenas perduximus. amicus aũt ille
Cretensis, cum ipsum facti pœnituisset, me manu
arreptum Megara introducit in domũ quandam:
deinde

deinde lorum porrigens, ubi se ipsum exuit, iubet A
uerberare pro ijs quæ furore nefario coactus pa/
trauerat. sic em̃ ipse uocabat. cum aũt ego, ut par
est, in risum prorũperem, ille ad genua procũbens
instabat obsecrabatq; ut ne aliter facerẽ. hic porrò
haud obscurũ est, me tanto maiori risu cõmotum
fuisse, quanto illum diutius in eo perseuerantẽ ui/
derim, ut cæderet. Cæterũ postq; satis diu in hoc
ipso perstitimus, recepi me illi facturũ quod pete/
bat, hoc est, uerbera illaturum, si ipse quoq; ualde
exiguum quiddã quod ego peterẽ mihi uicissim
præstaret. qui ubi recepit, tum ego rogaui homi/
nem, ut mihi sermonẽ quendam recensenti aures
accõmodaret: hocq; esse illud ipsum quod ego pe
terem. quod ille cum se facturum recepisset, lon/
B giori sermone illum docui quẽadmodum id quod
in nobis est iracundię ac furoris coercere erudirẽ/
que oporteat, ratione uidelicet. quod enim nõ uer
beribus, sed alio quodam modo sit corrigendum,
illi latius exposui. at ille cum ad seipsum redijsset,
sibiq; prouidisset, longe posthac se ipso melior ef/
fectus est. tu uero quamuis nõ multo fias melior,
at satis fuerit anno uno in melius saltẽ paululo es/
se prouectũ. nam si perges constanter resistere affe
ctui iracundiamq; mitigare, tum altero anno te
multo euidentius profecisse animaduertes. ꝙ si in
eo diutius perseueraueris, ut tibi ipsi prouideas, lõ
ge propius tertio, & post hunc quarto, atque item
quinto ad honestius grauiusq; uitę genus acces/
C sisse te senties. turpe enim est, quempiã multos an
nos cõtinenter laborare atq; exerceri, ut uel medi
cus, uel grãmaticus, uel rhetor fiat, uel geometra:
ut aũt in uirum bonũ euadat, in tanto spacio tem/
poris nunquã sibi quicq; laboris assumere. quod
nam igitur sit huiusce exercitationis initiũ rursus
repetamus. pro rebus enim maximi momenti ni/
hil incõmodi fuerit bis terq; eadem cõmemorare.
nunq; igitur quempiam seruorum tuorũ peccan-
tem tuis ipsius manibus corriges: sed quemadmo/
dum ego quod olim Platonẽ audiuissem aduersus
quendã seruũ maluisse agere, id in tota uita usur/
paui, pulchrũ esse genus officij ratus: ita tu quoq;
tibi ipsi præcipito, neq; te tuis ipsius manibus ser/
uum cędere, neq; q̃ diu iratus sis, alij imperare, sed
in posterũ differre. postq; em̃ furor abierit, prudẽti
D us tẽperatiusq; dispicies quot uerbera infligere ei
qui puniẽdus sit, oporteat. nec tamẽ illud dixerim
melius esse initio statim cõcessa uenia rẽ transige/
re, et ubi lorũ tibi afferri iusseris, tũ uerbis dũtaxat
corrigere ac minitari, te nõ amplius idem cõcessu
rum, si iterum ille idem peccatum cõmiserit. mul
to enim præstat, te facere ea quæ facis, sed postq;
impetus ille animi deferbuerit, tuq; iam furorem
illum omni rationi inimicũ deposueris: quo tem/
pore uidelicet iam ratione opitulante inuenturus
sis, cuiusmodi ille pugno sit feriendus. nam quòd
impetus irascentis nihil ab insania & furore diffe/
rat, ex ijs, quæ faciunt, qui eo genere affectus per
citi sunt, facile intelligere licet. pulsantes enim &
ferientes calcibus, & uestimẽta scindentes, & tor/

A uum quiddam intuentes, omnia peragunt, usque
adeo ut, quemadmodum dictum est, & foribus, et
saxis, & clauibus irascantur: & alia quidem lace/
rent, alia mordeant, alia calcibus petant. sed for/
sitan dicturi sunt, hæc fieri solere ab ijs duntaxat
qui re uera insaniunt, quæ autem tu facis etiam à
prudentibus. ego uero quod minus peccẽt qui su/
is ipsorum manibus seruos cædunt, q̃ ij qui lapi/
des, & ianuas, & claues morsu petunt, calcibusq;
feriunt, planè fateor: sed illud item persuasum ha/
beo, aduersus hominẽ, simulatq; aliqd deliquerit,
sæuire, exigui cuiusdam furoris iudiciũ efficaciãq;
esse, aut animalis ratione carentis atque agrestis.
quid enim? an non solus homo hanc habet excel/
lentiam pręter cætera animalia, ut ratione utatur?
B ꝙ si illa furorem iracũdiamq; abiecerint, ut uitam
condonẽt, nónne hominis ritu id facient? noli igi
tur existimare hominẽ illum prudentem esse, qui
unum hoc duntaxat cauerit, ne calcibus feriat, ne
mordeat, ne stimulis cõfigat proximos. qui enim
iam talis euasit, nõ est ille quidẽ amplius fera, non
tamen protinus etiam homo prudens: sed inter u/
tranq; naturã medius, hominis uidelicet pruden-
tis ac ferę. nunquid igitur meditaberis te desinere
feram esse, si nõ curabis ut in uirum & honestum
& probum euadas? an satius fuerit ut non ampli/
us inter feras, sic nè inter imprudẽtes quidem aut
ratiõis expertes manere? eris uero talis, si nunq; a/
nimo inseruiens, sed semper rationi obtemperãs,
C omnia ages. nam si cuncta nulla cũ perturbatio/
ne aut affectu animi cõsideraueris, profecto cũcta
tibi optima uidebũtur. quî igitur hoc tãdem fiet?
nempe si tu ipse te ipsum maximi pretij hominem
declaraueris: quo uidelicet pretio nullũ aliud ne
cogitatione quidem fieri potest, ut quis assequa/
tur maius. nam dum omnes omnino homnes iræ
obnoxij sunt, te interim omnis iræ expertem esse,
quid aliud tandem est, quã se ipsum omnibus ho/
minibus præstantiorem ostendere? ꝙ si forte tu
ipse teipsum existimes, quid aliud quàm teipsum
ostendis uelle quidem haberi præstantiorem, esse
autem præstantiorem nolle? nõ secus ac siquis cu
piat putari se quidem corpore ualentem esse, re
autem uera ægrotet? an non putas animi esse uel
ægritudinem uel morbum excandescentiam, quę
D & furor dici potest? an temere arbitraris ueteribus
hasce animi perturbationes quinq; appellari soli/
tas? mœrorẽ, iram, excandescentiã, cupiditatem,
metum? enimuero longe mihi melius uidetur esse
primum quidẽ in longius spatiũ perturbationes
eiusmodi cohibere, ac dũ surgis de lectulo, singil-
latim quęcunq; acturus sis inspicere, cõsiderantẽ,
num præstet eiusmodi affectibus inseruiendo ui-
uere, an ratiõe & cõsilio uti in omnibus quę agas:
deinde unicuiq; uolenti se uirũ fieri egregiũ ac fru
gi, aduocandum esse aliquem, qui sibi ea quę non
recte à se agãtur, singula indicet. tum singulis die/
bus singulisq; horis habere hãc opinionẽ in prom
ptu. ꝙ præstet quidem, se ipsum dignũ exhibere,
qui egregius ac frugi appelletur, hoc autem fieri
non

non posse ut nobis contingat, nisi eum qui singula errata nostra nobis indicet, habuerimus. quin etiam illum ipsum nostrorũ peccatorũ indicem, & seruatorem nostrum, & amicum maximũ putare. deinde, quamuis tibi ille uisus fuerit falsa crimina obijcere, te tamen iratum uideri minime oportere, primum quidem idcirco ꝙ facile fieri potest, ut ille ita melius ꝙ̃ tu singula peccata tua perspiciat, quemadmodũ uicissim tu quoq; eorũ quæ ab illo peccant̃, non nihil. deinde ꝙ licet falsum quandoq; tibi crimen obiecerit, at in eo tamen tibi utilis fuit, ꝙ te ad eorum quæ agis, diligentiorem inspectionem excitauit. quod aũt in hoc ipso maximum est, id præter cætera custodi semper, ut ꝙ̃ dignus sis, quantiq; faciendus, à te ipso non ab alio accipias. id porrò ipsum est, promptum semper habere in memoria, quanta sit eorũ qui irascuntur animi deformitas, quãtusq; rursus eorum qui sine ira uiuunt decor, quanta gratia. quemadmodũ enim qui longiore temporis spatio peccare consueuit, cũ magna difficultate affectuũ suorũ clauem obtinet, ita cõuenit te multo tempore unũquodq; eorum præceptorum exercere, quibus si pareas, uir egregius ac frugi efficiaris. nam eius rei facile obliuiscimur, dum animus noster decidit, propterea quòd antehac totus sit impletus affectibus. cõsequẽs ergo illud fuerit, ut quicunq; seruari uelit, nullam omnino horã cesset: omnibusq; accusandi seipsum faciat potestatem, omnesq; æquo animo audiat accusantes: gratiamq; non adulantibus habeat, sed obiurgantibus: pateant semper domicilij tui fores: liceat notis ac familiaribus omĩ tempore ingredi, si quando teipsum ita comparaueris. itaq; etiam confidere oportet usqueadeo ut ab ingredientibus deprehendaris nulli maiori peccato uehementer obnoxius. porrò quemadmodũ omnia prorsus excidere atq; euellere inuito difficile est, ita uolenti, quæ maiora sunt, facile. si tuæ ergo semper fores, ut dixi, patebunt, licebit sanè familiaribus omni tẽpore ingredi. utq; alij omnes si quando in publicũ processere, omnia conant̃ facere ut decet, sic tu domi tuæ omnia facies. atque illi quidem cũ reliquos omnes uereantur, ne se in aliquo peccantes deprehendant, unos ipsos nõ uerentur: tu uero teipsum in primis uerere, atq; illi auscultа qui dixit: Omnium autem maxime tui ipsius te pudeat. quod quidem si feceris, poteris quandoque expertem illam rationis uim qua excandescimus, quasi feram quandã mitigare ac mansuefacere. alioqui absurdum admodum sit, uiros equitandi peritos, ubi equos acceperint, breui eos ad parendũ idoneos reddere: te aũt qui non aliquod extrinsecus animal acceperis, sed rationis illã expertem uim, quę in tuo ipsius animo est, & cũ qua semper meditans ratio simul habitat, non posse itidem mitiorem reddere, & quamuis non ita continuo, at longiori saltem spatio. latius aũt de ijsdem rebus differitur in ijs cõmentarijs, in quibus mores tractantur, quo pacto uidelicet eam uim quis optimam sibi & cõmodissimã reddat: item quem-

A admodũ uires ac robur illius non oportet prosternere, sicut ne equorũ quidem, aut canum, quibus utimur, sed illud ipsũ potius obur exercere sicut & in illis, ad obedientiam. tibi uero in ijsdem commentarijs maxime ostensum est, quo pacto rursus ea ipsa irascendi excandescendiq; ui opitulatrice utaris aduersus alterã, quam libidinis nomine philosophi ueteres appellarunt, quæ temere & seorsum à ratione fertur ad corporis uoluptates. ut igitur turpe est, hominẽ iracundia percitum, intemperanter aliquid agere, sic item ob amorem, uentrem, uini appetentiã, edacitatem: quę omnia concupiscendi illa uis, de qua dictum est, & facit simul & patitur. ob quæ homo nõ iam equo aut cani similis sit, ueluti ob illa priora, sed uel petulãti apro,

B uel hirco, uel cuipiam agresti belluæ, quæ mansuefieri nõ possit. quocirca huius quidẽ nulla talis inuenitur correctio, qualis alterius, ea, quam obedientiam diximus. sed quod ueteres castigare dicebant, huic ipsi quadam proportione respondet. fit autem hæc ipsa libidinis castigatio, dum rebus potiri ac frui prohibetur quarum appetẽs est. nam si potiatur, crescit, maiorq; ac uehementior fit. sin castigetur, tenuis fit atq; imbecilla, ut hoc pacto imbecillitate coacta sequatur rationẽ, non aũt quòd obsequẽs siue obediens facta sit, sanè quemadmodum in ipsis quoq; hominibus uidemus cõtingere. nã in ijs plerunq; ij qui deteriores sunt, sequuntur eos qui sunt prǽstatiores uel inuiti & coacti, ut pueri ac mancipia, uel uolẽtes & persuasi, ut ij qui

C suapte natura boni sunt. etenim siquis erat apud antiquos, quem obiurgationes ac uerba castigare non possent, de eo ita loqui cõsueuerant: ꝙ̃ incastigatus nescio quis iste homo est: in quo uidelicet libidinẽ ratio nõ castigauerat, hoc est, non sibi obtemperãtem reddiderat. duplex enim in nobis est animi uis rationis expers: una cuius & cito excandescere & irasci ijs qui aduersum nos peccare uisi sint, officiũ est: cuius ipsius etiã est, in longius amplius q; implacabilem se præstare: quod quidẽ tanto est amplius excandescentis animi uitium, quanto magis diuturnum: altera est, quæ ad id quod ipsi iucundum suaueq; uisum sit, præceps fertur antequam utile ne sit atq; honestum, an noxiũ & turpe cognouerit. hanc igitur quæ uehementissima

D est, cohibere prius oportet, ꝙ̃ ubi incrementũ acceperit, uiribus inuictã inexpugnabilemq; se præbeat. tunc enim etiam si uolueris, eam ultra compescere nõ poteris. Ac tum demnm id dices, quod olim quendã amantem audiui dicere: uelle te quidem desinere, sed nõ posse: frustraq; nos aduocabis, (quẽadmodum & ille quondam,) ut tibi supplicanti opem ferã, uitiumq; eiusmodi excindam. nam corporis etiã nonnulla uitia propter magnitudinem insanabilia sunt: quod ipsum forrasse tu ne cogitasti quidem unq; antehac. multo autem satius fuerit, te nunc saltem id cogitare, atq; inspicere, utrũ ego ueridicus sim, cum dico, uim animę illam, cuius est munus, temere cõcupiscere, siquid placeat, plerũq; in amorẽ euadere insanabilẽ, non

corporum modo quæ formosa sint, siue rerũ quæ ad uenerem pertineant, sed etiã edacitatis, explendiq; uentris, ac uinolentiæ, itemq; obscœnitatum quæ præter naturã patrant: an & hæc & alia multa ex his quæ hactenus à me dicta sunt, mentiar. etenim quæ adhuc de ira atq; excandescentia dixi, eadẽ puta & de alijs affectibus me dixisse. primũ quidem alij cuipiam permittendum esse, ut de ijs cognoscat & iudicet, non aũt nobis ipsis. deinde non quoslibet eidem rei esse præficiendos, sed seniores quospiam, quos uniuersi planè egregios ac frugi esse fateantur. qui etiam propterea ꝙ ab affectibus liberi sint, & interpretandi iuris & iudicãdi munus ante nos ipsos diutius, illis uidelicet temporibus quibus ipsi nõdum eramus, obtinuerint. B deinde nõ oportere nos aduersus eiusmodi homines, quoties aliquod nostrũ peccatũ protulerint, indignationis quidq; pro nobis ferre, sed cõtra, agere potius gratias. postremo singulis diebus ea quæ superius dicta sunt, tibi ipsi reuocare in memoriã: atq; hoc quidem præstabit te sæpius facere: quod si non possis tam sæpe, at saltẽ matutinis horis semper anteq̃ quidquam eorũ quæ acturus sis, aggrediaris, & uespertinis anteq̃ cubitũ eas. Ego sanè olim monita hæc, quę quasi Pythagora autore circunferebanť, consueui primũ quidem legere bis singulis diebus, post uero etiã ore enunciare. neq; ẽm satis est ab una ira duntaxat liberũ se præstare, nisi etiã sine omni edacitate & nequitia & uinolentia & curiositate & inuidia purũ te cõseruaueris. alius igiť erat qui nostri periculũ faceret ac percontaretur, nunc ubi, ut canes solent, uisi essemus immoderatissime impleri cibis, uel more eorum qui perpetuum febris ardorem patiuntur, frigidam potionẽ insatiabili auiditate exhaurire: an uero quemadmodũ uiros & graues & cultu ac reuerẽtia dignos deceat. nam neq; propter famẽ decet uehementer insatiabiliterq; impleri, neq; propter sitim instar sorbentiũ exhaurire totũ calicem, multoq; minus ob edacitatẽ in conspectu omniũ auidius uel placentam uel aliud quidpiam ex delicatioribus obsonijs deuorare, sed in omnibus ijs item alij sunt aduocandi qui opem ferant & quidquid peccamus obseruẽt atq; indicent. deinde uero etiã sine pędagogis ipsi nos seruemus demusq; operã, ut omnibus una cœnãtibus obsonij minus adsumamus, & à cibis gulam nimiũ irritantibus abstineamus, moderate interim uescentes ijs quæ salubria sunt. progressu uero tẽporis ne respicere quidem te ad conuiuantes uelim. magnũ quippe fuerit, credo, si nullus eorũ moderatior in cibo & potu sumẽdo sit uisus. ꝙ si te ipsũ hoc honore afficere decreuisti, prospice & cura ut aliquãto continentius hodie uiuas q̃ heri. hoc enim si feceris, senties te in dies ab ijs quę dixi, facilius abstinere, senties etiam magnas animi tui lætitias, siquando re uera amator modestię tẽperantiæq; extiteris. sic enim gaudet quicunque in ea re proficit cuius est amator. ex quo fit ut eos qui cõpotationibus delectantur, tum ingenti uoluptate affici uideamus, A cum suos bibendo superant cõpotores: & eos qui uentri student multitudine ferculorum gaudere: quicunq; aũt edaces sunt ac palatum explere cupiunt, hos placentis, & edulijs, tum quæ ad sartaginem, tum quæ ad ollas pertinẽt, alijsq; item condimentis suauioribus lætari. noui etiam qui rei uenereæ copia exultarent, superbiusq; se extollerẽt. ũt ergo illi & exercent & sectantur id quod in ijs rebus summũ est quibus student, sic nos item id studere oportet quod in modestia sit summũ. porrò autem si hoc faciemus, non incastigatos quospiam ac dissolutos nobis cõferemus: nec satis esse putabimus si plus q̃ illi & continentiæ & modestiæ adepti simus: sed primum quidem eos qui ijsdem rebus studeãt superare conabimur, (pulcherrima enim hæc est cõcertatio atq; æmulatio,) post uero etiam nos ipsos: ut uidelicet ex diuturna consuetudine ad hæc ipsa quæ & saluberrima sunt, & adiectu facillima cum uoluptate feramur, memores semper pulcherrimorũ dictorum quorum uel hoc est in primis unũ: Delige optimũ uitæ genus: id iucundũ efficiet consuetudo. quẽadmodum ergo cũ te aduersus iracundiã exerceri iubebã, tum argumento uti poteras te profecisse, ꝙ non amplius te excandescentẽ cerneres: ita in ijs quæ ad modestiam pertinent, hoc indicio intellige quantum profeceris, quòd ne cupiditate quidem amplius rerum suauissimarum tangaris. ad modestiam autem una est uia per continentiam. hoc enim modestus superat continentem, C quòd ille ne cupit quidem amplius titillãtes palatum cibos, siue ob longam consuetudinem, siue ob continentiam: uelut ipsum quoq; rei nomen indicat. quod deductum esse uidetur à continendis in se ipso nec permittendis longius abire cupiditatibus. laboriosa aũt ab initio uia hæc est atq; aspera, quemadmodum cæteræ item omnes honestorum studiorum exercitationes. itaq; siue pro malitia uirtutem uis habere, siue pro titillationibus corporis animi tranquillitatem, hac ratione teipsum exercere oportebit, ut per continentiam ad modestiam cõtendas. sin autem uel uirtutẽ despicere, uel titillari uis toto corpore, ratio tibi erit deferenda: quę quamuis ad uirtutem non hortetur, est tamen dux itineris ijs qui aliqua exhortatione commoti, ire ad illam cœperint, D quo uidelicet itinere quis consequi illam possit. cum aũt ratio hæc nostra sit duplex, una qua se ipsum quisq; possit cognoscere, altera qua peccata quæ cognouerimus corrigamus, nobis ut de hac posteriore diceremus, minime ab initio propositum est, sed de priore, qua possimus nostra peccata cognoscere. quoniam uero, qui illam ingrediuntur, ipsi dignoscere non possunt, incipientibus quidẽ alios adhibemus inspectores. eos uero ipsos qui hanc rationẽ exerceãt, quãuis iam possint cognoscere à q̃bus & uitijs & affectibus liberati sint, ignorare tamen non oportet procul adhuc ab extremo illo ac fine quẽ petunt, abesse. siquidẽ quod in uniuerso dicere cõsueui, etiã hic dicam: cognitionem uidelicet sui ipsius uno quidẽ modo esse omnium

omnium rerum difficillimam, altero aũt facillimã.
nam siquis intus uelit cognoscere, difficillimũ id
sanè est, at si foris, non item. Cæterum ego omnia
hæc, & quæcunq; hactenus dicta sunt, & quęcun
que posthac dicenda, uolentibus nõ grauatim im
pertio. & cum alia quædã fortasse sit uia, qua quis
insistẽs & honestus et probus euadere queat, ego
tamen ubi nam illa sit ignorans, hac ipsa ex quo et
uiuo & sapio sum usus, eandemq; alijs abunde in/
dicare non destiti, hortariq; ut contra ipsi quoq; a/
liquid afferrent ac reponerent, uicissimq; siquam
aliam honestatis probitatisq; uiam nossent, doce/
rent: nos autem dum aliam illam desideramus per
hanc ipsam incessuros, quæ cõmunis cunctis affe
ctibus est, & ad cognoscẽdum & ad medendum.
etenim & contentionis, & gloriæ, & principa/
tus appetitio, animi planè est affectus illis quidem
minor, attamen ipse quoq; affectus. de inuidia aũt
quid attinet dicere, cum omnium uitiorum sit foe
dissimũ? Dico aũt inuidiam cum quis ex alienis
bonis tristitia afficitur. & est omnis quidem tristi/
tia affectus, pessima autem omniũ, inuidia, siue ea
sit inter affectus numeranda, siue tristitiæ species
suo generi proxima. commune aũt omnium reme
dium fuerit id quod dictum est. quod enim & ma/
la sint & fugienda perspicere operæpretium est in
ijs hominibus qui uehementer ab illis detinẽtur.
in talibus enim turpitudo ipsa admodum perspi/
cua est. cur autem ipsi in nobis ipsis nihil tale pror
sus cernamus, causam putare oportet eam cæcita
tem qua afficimur, uel ad id quod nos amat, uel ad
id quod ipsi amamus: nõ nulla etiam esse quę nos
fugiant propterea q exigua sint, & à nobis negli/
gantur, quæ tamen propter magnitudinẽ in alijs
negligi nõ possint. inuenire ergo oportebit senem
quempiam, qui illa possit inspicere, rogareq; hunc
ut omnia nobis summa cum libertate indicet. de/
inde ubi ille nobis aliquid dixerit, tum continuo
illi magnas agere gratias. ubi uero ab illo abieri/
mus, tum dispicere & considerare diligenter quid
sit, nosq; ipsos tum cum soli sumus, increpare, co/
nariq; affectum euellere, nõ usq; adeo solum ut ab
alijs duntaxat uideamur, sed ut ne radicẽ quidem
illius ullã in nostro animo prorsus relinquamus.
nam ex ijs quæ sic relinquuntur, solet aliquid rur/
sus pullulare, dum id ipsum ab ipsa nequitia et pra
uitate irrigat̃. idcirco in nobis ipsis omnes singil-
latim affectus diligenter attendere scrutariq; opor
tet, quoscunq; in amicis necessarijsq; nostris cer/
nimus, num aliquid tale in nostro item animo de-
prehendi queat. excidendũ quippe est, dum adhuc
pullulat, nec expectandum, dum crescat, & fiat in
sanabile. nam cęteros quidẽ omnes animi affectus
pleriq; despiciunt, tametsi cũ alios uidẽt ab ijsdem
teneri contemnunt: tristitia uero ac mœror omni/
bus planè esse malũ uidetur, ueluti labor in corpo
re. cæterũ olim quidam ex ijs adolescentibus qui
mihi familiarissimi erant, cum se in paruis cõmo/
ueri negasset, postq; tamen id sibi accidere anim-
aduertisset, summo mane ad me uenit, dicẽs, se su/

A per ea re totam illam noctem insomnẽ duxisse, in/
terimq; sibi uenisse in mentem, se antea ne in ma-
ximis quidem rebus unq; æque turbatũ fuisse ac
tum in paruis esset. itaq; uoluisse discere, quo id si
bi pacto euenisset, utrum ne ab aliquarũ discipli/
narum usu, an uero ab ipsa natura talis extitisset.
cui ego id respondi quod uerum est scilicet: natu/
ram quidem ipsam in puerili ætate ad uitam perfi/
ciendam in cunctis plurimũ posse, secundo autem
loco studia exercitatiõesq; disciplinarum. nam q
naturæ nostræ siue ingenia plurimũ inter se diffe/
rant, ex passim lusitantibus pueris facile intueri li
cet. nam eorum alios semper hilares, alios semper
tristes inspicimus: & alios quidem omnibus de re
bus ad ridendũ promptissimos, alios uero ex qua/
B libet uel leuissima occasione plorantes. sunt item
quibus æqua omnia & communia placeant, sunt
quos cõtra, rapere ac prædari delectet. alij etiã mi
nimis quibusq; de causis uehemẽtissime excande
scunt, ut & mordeant, & calcibus feriant tum lapi
des, tum ligna, sicq; proximos se ulcisci putent, si/
quando ab illis iniuriã accepisse arbitrentur. alij
ad ignoscendum faciles ac mites, neq; irascentes
neq; plorãtes nisi post magnam aliquã acceptam
iniuriam. hac de causa Eupolis Aristidem illũ qui
dictus est iustus, Nicię interroganti, quonam mo
do iustus euasisset, probe grauiterq; respõdentem
inducit, naturæ quidem primũ maximumq; mu/
nus fuisse, deinde uero se quoq; prompto animo
naturã suam adiuuisse. non solũ igitur ad mœrorẽ
C atq; tristitiã qualibet de causa propensæ sunt ado/
lescentium naturæ, sed etiã ad excandescentiã at/
que ad suauissimorũ ciborum appetentiã. de quo
quidẽ uitij genere, quod ad illos pertineat, ad hũc
usq; locum, maxime sum locutus. Cęterũ, præter
illa quę iam dicta sunt, licet aliquos puerorũ impu
dentes intueri, aliquos aũt uerecundos: item alios
memori natura præditos, alios immemores, alios
præterea obliuiosos. nec non alij sunt qui prõpte
ac libenter discendi causa laborẽ ferant: alij negli/
gentes atq; ignaui. porrò ex illis ipsis qui labores
facile tolerant, alij sunt qui cito efferantur lætitia
siquando laudentur: alij qui afficiantur pudore si/
mulatq; à pręceptore cotemni se uideant: alij uero
qui terreantur uerberibus. idem autem, sed con/
D traria ratione, de ignauis intellige. itaque ex ijs
quæ pueris uident accidere homines uniuersi, a/
lios ex illis solent appellare pudentes, alios impu
dentes: & eadem ratione alios ambitiosos & pro/
bos, alios improbos & honoris negligentes, a/
lios timidos & uerberum contemptores: aliasq;
item illis appellationes, quæ naturis ipsorum con
ueniant, imponunt. sic etiam ex ijsdem pueris a/
lios intuemur natura mendaces, alios ueritatis a/
matores: multisq; præterea morum differentijs in/
ter se distinctos: de quibus nunc dicẽdi locus non
est, quod huic duntaxat instituto nostro conueni/
at. nam eorum alij quidem bonam facillime disci/
plinam recipiunt, in alijs ea nullius momenti esse
solet, neq; tamen ob hanc causam negligendi sunt

pueri, ſed in optimis moribus nutriendi. nam ſi na
tura illorũ curationis ac diligentiæ bonitatẽ reci/
piet, in uiros bonos opera noſtra euaſerint: ſin aũt
contra, noſtrę ſedulitatis utilitatẽ nullam percepe
rint, quod tamẽ ad nos attinet, culpa in hoc noſtra
nulla fuerit. nam puerorũ educatio ſimilis quodã
modo eſt curæ ac ſedulitati qua in plantis arbori/
busqꝫ alendis utimur. ſiquidem ꝙuis bonus arbo/
rum ac plantarũ ſator & cultor, nunqꝫ tamen effi-
ciet, ut rubus uuã ferat. neqꝫ enim natura illius ta-
lẽ à principio ſuo perfectionẽ capere poteſt. rur/
ſus uites, quę, quod ad ipſas attinet, fructũ ferre pa
ratæ ſunt, ſi neglexeris, ſoliqꝫ naturæ curandas re/
liqueris, aut multo deteriorẽ, aut planè nullũ ede/
re fructũ animaduertes. idẽ in animalibus uſu ſo/
let uenire. equũ quippe ſi erudieris, ad multas res B
utilem habebis. urſum uero ꝙuis olim manſueſe/
ceris, nõ tamen perpetuo habitu talẽ poſſidebis.
uipera aũt & ſcorpius, ne eò quidẽ uſqꝫ progredi/
entur, ut manſueſcere uideantur. ego igitur cuiuſ/
modi ſim natura non facile dixerim. nam ſe ipſum
cognoſcere uel ætatis maturę uiris difficile eſt, ne/
dum pueris. Mihi uero quadam ingenti felicitate
contigit, ut patrem ab omni iracundia alienum,
iuſtiſſimũ, frugaliſſimum, humaniſſimũ haberem:
at matrem uſqꝫ adeo iracundam, ut etiam morde/
ret interdum ancillas, ſemper aũt & uociferaretur
& contenderet cum patre, & longe quidem odio/
ſius ꝙ Xanthippe illa cum Socrate. mihi itaqꝫ in/
tuenti bonitatẽ honeſtatẽqꝫ paternorũ officiorũ,
quæ uitioſitatem maternorũ affectuũ in proximo C
collocatã quaſi è regione reſpiceret, uenit in men
tem, cum illam amplecti & amare, tum uero hanc
alteram fugere odioqꝫ proſequi. ut aũt in his ipſis
maximam cernebam parentũ meorum diſſimilitu
dinem, ſic item in hoc agnoſcebam, patrẽ meum
quidẽ ex nullo damno dolorẽ concipere, matrem
uero etiã ob res minimas oppido quàm mœſtã e/
uadere. porrò noſti tu quoqꝫ pueros, quę uehemẽ/
ter attenderint, ea imitari ſolitos: quæ aũt iniucun
de & cum moleſtia inſpexerint, ab his longe fuge
re cõſueuiſſe. diſciplina igitur quæ mihi ſub patre
contigit, huiuſmodi fuit ferè. ubi uero ætatis meæ
annum quartum decimũ compleui, tum philoſo/
phos audire cœpi ciues noſtros. è quibus Philopa D
toris Stoici diſcipulum quendã ſatis diu. Caium
aũt qui diſciplinam Platonicam cõplexus fuerat,
cum is ocio à ſuis ciuibus priuaretur, à quibus ad
negocia ciuitatis trahebatur, per exiguum quod/
dam tempus. unus enim is putabatur in ciuitate
& iuſtus, & qui nullis pecunijs uinceretᷣ: prẹterea
omnibus & aditu facilis & manſuetus. eodẽ uero
tempore alius quidã è ciuibus noſtris poſt longã
peregrinationem domũ redijt, Aſpaſij peripateti-
ci diſcipulus: & poſt hũc alius ab Athenis Epicu/
reus. quorũ omnium mea cauſa & uitam & diſci/
plinas explorabat pater, unà mecũ ad illos aſſidue
uentitans. porrò autem quòd is plurimũ ſe ipſum
exercuerat in Geometria, & Arithmetica, & Ar/
chitectura, & Aſtronomia, uolebatqꝫ doctorem

A ſimiliter linearibus illis uti demonſtrationibus, &
per eas quicquid doceret oſtẽdere, idcirco inquit,
oportet in tuis iſtis honeſtatis ſapiẽtiæqꝫ prẹceptis
ne minimã quidem diſcrepantiã inueniri, qua ip/
ſa à ſeipſis diſcordẽt, quemadmodũ ueteres quoqꝫ
omnes in hiſce artibus ſeruauere, quarũ Geome/
tria Arithmeticaqꝫ principem obtinent locum. ut
igitur non procacem aut prẹcipitẽ eſſe oportet ut
te ipſum ab aliqua ſecta denomines, ſed longiſſi/
mi temporis ſpatio & diſcere illas & de illis ferre
iudicium, ſic omnes homines comprobant, confi
tenturqꝫ etiam philoſophi, magno ſtudio quæren-
da eſſe hæc: quare nũc iam tibi ea ſunt petenda æ/
mulatione quadam, & diſcenda, & digna quę à te
augeanᷣ exiſtimanda, ut & iuſtitiã, et modeſtiam,
& animi magnitudinẽ, & prudentiam ex illis con
ſequare. laudant eñ has uirtutes cuncti, tametſi ſi
bi ipſis conſcij ſunt, nullã ſe earum habere: dant e/
tiam operam pro uiribus ut alijs uideanᷣ et fortes,
& modeſti, et iuſti, & prudẽtes. unũ illud eſt quod
& ſi alijs non uideantur, tamen reuera eſſe ipſi ma
gno ſtudio cõtendunt, ut mœroris uidelicet omĩs
ac triſtitiæ expertes ſint. quare huic à te rei in pri/
mis ſtudendũ eſt, cui omẽs utiqꝫ homines ſtudẽt,
præqꝫ omnibus alijs uirtutibus unũ hoc quæren/
dum. Hęc igitᷣ ego quę à patre documẽta accepi,
in hũc uſqꝫ diem ſeruaui, neqꝫ me ipſum ab ulla ſe/
cta denominare adhuc uolui. quę ſanè cum omni
ſtudio omniqꝫ diligẽtia explorata habeã, imperter
ritus atqꝫ immotus ad ea omĩa quę quotidie in ui/
ta accidunt, maneo, quẽadmodum patrem quoqꝫ
manere tũ intuebar. ita neqꝫ iactura neqꝫ interitus
rei cuiuſpiã, ꝑturbatiõe me ulla afficiet. niſi forte
id eueniat, ut omnia quęcunqꝫ poſſideo, amittam.
hoc enim nondum expertus ſum. aſſuefecit porrò
me pater etiã gloriam atqꝫ honorem contemnere,
ut unam nudamqꝫ ueritatem haberẽ in pretio ma/
ximiqꝫ facerem. uideo aũt quoſdam, cum ſe ab ali/
quo ſperni arbitrantur, aut cum pecunias aliquas
amiſerunt, magno ſolere confici dolore. qua ſanè
de cauſa, inquibat ille, nullo tu me unqꝫ mœrore
affectum uidiſti. porrò nõdum mihi talis pecunia/
rum amiſſio euenit, ut ex eo quod relictum foret,
corporis bonam ualetudinem curare nõ poſſem,
neqꝫ ignominia aut contemptio, ut quiſpiam uide
rit me de loco qui mihi in meo ſenatu attributus
eſt, deturbatum. ſin uero alios qui uituperent, ali/
os rurſus qui laudẽt, mihi cõtingit ut audiam, his
obijcere ſoleo, me putare ita unũquenqꝫ cupere,
omnes homines habere qui laudent, ut etiam uel/
le omnia quęcunqꝫ ſunt, poſsidere. itaqꝫ uideor, in
quibat, mihi ipſi, forteqꝫ tibi itẽ uidebor, nihil ad
hunc uſque diem eſſe perpeſſus quod magni æſti/
mandum ſit, atqꝫ ad hoc extremũ ſine omni mœ/
rore ac triſtitia perueniſſe. nã nec omnibus unquã
ſpoliatus ſum fortunis, nec ulla ignominia ſum no
tatus. quòd ſi aut bos, aut equus, aut mancipium
interijt, non tanti ſunt hæc ut ad me perturbandũ
idonea ſint, utpote cũ egregie ſim memor eorum
quæ me pater monere ſolitus erat: qui uidelicet
ſuade/

suadebat, ne ob ullam pecuniç amissionem mœro
re afficerer, quandiu quæ reliqua essent ad corpus
curandũ suppeterent. hunc em̃ primum finem il-
lis quæ possideretur, statuebat, nõ esurire, non al-
gere, non sitim pati. ꝙ si cui plura ꝗ̃ horum usus
postulat, fuerint, ijs sanè utatur ad eas res agendas
quæ honestæ sint. mihi igitur adhuc tantus pecu-
niarum fuit usus, ut eæ etiam ad eiusmodi actiões
suppetãt. Porrò haud me latet, inquibat ille, te for
tunarum plus duplo ꝗ̃ me possidere, & in nostra
ciuitate nõ mediocri honore præditũ, usq; adeo ut
quç nam mœroris tibi causa futura sit, nullam ui-
deam præter cupiditatẽ inexplebilem. ad hoc igi-
tur unum exercitationis genus spectabã, id ipsum
in memoria habens, semperq; meditãs & conside
rans, donec ita mihi persuasum est, queadmodum
ex duplicato binario confici quaternariũ. etenim
consideremus, inquit, per ociũ cuiusmodi uitium
sit insatiabilitas. huiusce aũt considerationis initiũ
præbeat ea quæ in cibis sumendis uersatur. ipsum
ergo hoc quod est ultra ꝗ̃ satis sit progredi uescen
do, insatiabilitatẽ appellari aiunt. id aũt quod sit
satis, ipsa cibi indigentia metiunt̃. cibo autẽ nulla
alia de causa indigemus nisi ut alamus corpus. nu
triet uero corpus si bene cõcoctus fuerit. bene au-
tem cõcoquetur si modicus. nam eum qui nimius
sit crudum manere haud ignoramus. quod ipsum
si uel semel eueniat, usum eius corrũpi necesse est.
nam si ciborũ cruditate aluus cita uniuersum ex-
creuerit, ꝓfusio uocari id genus uitij solet. ex quo
sanè ipsius cibi usus corrũpitur. nõ enim ita illum
sumimus, ut per intestina deferatur, sed ut ad om-
nes corporis partes applicetur. sin aũt eius distri-
butio fiat, nec tamen sit bene concoctus, malũ in-
tra uenas humorem creare solet. quando igitur in
corpore nostro didicisti, cuiusmodi res sit insatia-
bilitas, iam hoc relicto, ad animum ipsum te con-
fer, ibiq; illius naturã inspice diligẽter, atq; in uno
quoq; rerum genere contemplare, sumpto ab ijs
quæ possidetur, initio. in his igitur multa sũt quç
nõ rectè tanto cum studio appetuntur, cuiusmodi
sunt Uniones, & Sardonyches, itemq; lapides alij
omnes: cuiusmodi item est ornatus, quẽ fœminæ
ut magnũ quiddam gestant, ijs ancillis quæ ab ip-
sis dum incedũt, pendent. huius generis sunt uesti
menta aut ex auro contexta, aut superuacuum ali
quod opus habentia, aut quç ut cõfici possint, ma
teria indigent ex longinquis regionibus importa
ta, qualia sunt quæ Serica uocant̃. porrò alia sunt
ex ijs quæ possident̃, quç ad seruandam bonã cor-
poris ualetudinem maximè cõducunt. & hçc qui-
dem satis decenter appetere parareq; possumus.
horũ prima sunt ea quibus & alimur, & uestimur,
& calceamur. ꝗbus adde illud in quo habitamus.
in eodem genere habentur, quæ ægrotantibus uti
lia sunt. uerum nonnulla etiam utrisq; conducunt,
& bene uidelicet ualentibus, & ægrotantibus, cu-
iusmodi est oleũ. horumq; alia sũt eiusmodi ut ma-
iorem, alia ut minorem corporibus hominum af-
ferant utilitatem. itaq; iam nũc & multitudinis &

A possessionis eorũ finem seu modũ te planissime in
spexisse arbitror. nã queadmodũ unius cubiti cal-
ceamentum, quatenus ad ipsum finem spectat, in
utile est, ita & plura duobus habere calceamenta,
ut quinq; aut decem, alienum ab usu. alia enim il-
la omnino supersunt: usu aũt duorum contenti es-
se debemus, sic duplicem quoq; uestem habere sit
satis: & mancipia; & supellectilem. apud nos au-
tem, inquibat ille, non solum uestis est amplior ꝗ̃
duplex, sed & famuli, & uasa: & omnia omnino,
quæ possidemus, ampliora duplicibus. prouẽtum
enim ex rebus nostris multo maiorem capimus ꝗ̃
ut uni corporis ualetudini inseruiat. at em̃ ex istis
qui uoluptariũ uitæ genus quod sequeretur elege
runt, nonnullos uideo nõ duplo modo aut triplo
B quàm nos amplius impendentes, sed & quinq; &
decem & triginta partibus ampliorẽ sumptum fa-
cientes. est porrò alius quidã, quç tali uictu uten-
tem intueor, quali ego utor, rursusq; mœrentem
ac dolentem, ut ego: cui tamen non singulis annis
similiter res familiaris augetur. nam quod ad nos
attinet, decima fortasse prouentuũ nostrorũ pars
impenditur: reliquæ uero partes nouẽ substantiæ
ipsi adijciuntur: attamẽ uideo te ne in res quidem
egregias insumere quidq͂ audere, nõ in coemptio
nem cõparationemq; librorum, nõ in eos qui scri
bant exercendos, siue notis & signis id faciant, ut
citius, siue exquisitis figuris, ut pulchrius, sicut ne
in eos quidẽ qui emendate recteq; legant. ac ne im
pertientẽ quidem alijs quidq͂ te uideo, uti tu me
C uidere potes: nunc seruis in uestimenta, nunc alijs
quibuspiã ad alimoniam aut ad ualetudinis cura-
tionem. sunt etiã qui me uiderint quorundã æs ali
enum dissoluere. ego igitur quencunq; mihi pater
prouentũ reliquit, eum tibi omnẽ relinquo: qui ex
eo neq; quidq͂ quod superuacuũ uisum sit, repo-
sui, neq; thesaurũ ullum congessi, neq; multis par-
tibus amplius ꝗ̃ impenderim quidquam recondi
di: tamen remittentẽ me ac relaxantem curas sæ-
pius haud negaueris, sicut ipse fateris nunquam
me tibi uisum mœrore ullo affectum. nunquid igi
tur potes tristitiç tuæ causam inspicere, an & illius
nomen audire à me cupis? iam'ne istud quoq; tibi
fieri uis? scito igitur omnis tristitiæ ac mœroris u-
nam esse causam eam quã modo insatiabilitatem
D nostri, modo auiditatem inexplebilem uocant, ex
eo quòd cupiditates habeant homines, quæ neq;
satiari neq; expleri possint. semper enim concupi-
scunt ij, qui rerum præsentium inexplebiles sunt.
proinde si duplum quidpiam habent, triplum illi-
co student acquirere: sin triplum habeant, quadru
plum appetere incipiunt. atq; hoc pacto nunq͂ ad
eos spectãt, qui pauciora possident, semper autem
ad eos qui plura, & hos ipsos superare conantur,
hisq; ipsis plura habere cupiunt. tu igitur, inqui-
bat ille, si hoc modo ciues omnes nostros consi-
deraueris, nõ multos te ipso ditiores inuenies. qua
re facile cçteris ꝗ supersunt omnibus eris opulen-
tior. enimuero ꝙ seruis ipsis haud dubium est: por
rò his adde tam multas mulieres. si igitur hi ciues

nobis sint numero quadraginta millia, atq; ita tu
additis illorum mulieribus & seruis, summā fece
ris, inuenies teipsum, haud inficiātem, centū & ui
ginti millibus hominū ditiorē, attamen hos quoq;
omnino omnes uolentē superare, studentemq; in
ipsis diuitijs fieri omni ratione ditissimum. atqui
multo satius est, ciuem in eo cęteris antecellere, ꝙ
ijs quę nunc habeat sit contentus: quę quidem res
in te est. diuitijs uero præstare non uirtutis, sed for
tunæ est munus: quæ & seruos & liberos facit ple-
runq; nobis qui generosi & nobiles appellamur,
ditiores. at uero tu etiam si quantū optas assequa-
re, hoc est, ut plus uniuersis ciuibus possideas, nō
tamen satis sis habiturus. sed illico circunspicies
num quis in alia ciuitate sit ditior. ꝙ si etiā in hoc
fortunā tibi propitiā obsequentēq; habueris, tum
tu ad alias progredieris nationes, & ijs quos apud
illas opulentos offenderis, fieri studebis opulen-
tior. quare nunquam tu sanè omnibus ditior, sed
propter immensas cupiditates semper futurus es
pauper. ꝙ si ipso usu rerum metieris id, quod men
suræ moduloq; tuo respōdeat, iam teipsum unum
ex diuitibus numeraueris, aut saltem ex ijs, qui eo
quod opus est, abundēt. ego igitur in numero ho-
rum meipsum colloco, licet ꝙ̄ tu pauciora posside
am. quocirca si tibi ipsi ad hūc modū persuaseris,
nulla te unquam tristitia afficiet, siquid ex tuis re-
bus perierit: erisq;, quatenus ad rationem pecunia
riam spectat, beatus, utpote cum ob pecunias tri-
stior futurus non sis. ꝙ si etiam illam quæ ad hono
res appetendos pertinet, insatiabilitatem eiece-
ris, hac quoq; in parte iucunde ac sine molestia ui
tam deges. sin autem tibi non satis fuerit honora-
ri ab ijs qui tua consuetudine utantur, sed uelis ab
omnibus omnino qui sunt in ciuitate, laudari, etiā
ab ijs scilicet à quibus ignoraris prorsus, fortasse
primū quidem ab ijs ipsis cognosci uoles, tum au
tem ubi cognitus fueris, honorari. at hoc quidem
uelle cognosci ab omnibus, ab immensa quadam
gloriæ cupiditate proficiscitur: illud autem quod
est uelle honorari, ab inani planè stultaq; ambitio-
ne. quocirca tibi necesse erit, ut nunc pecunijs quę
rendis inuigilanti, ita tunc ad glorię honorisq; stu
dium cupidinē intendenti, ob illos qui cū plures
sint, te neq; cognoscent, neq; honorabunt, maiore
quàm nunc affici tristitia. si igitur hæc cōperta ha
bebimus, & in his nos ipsos assidue exercebimus,
sine omni molestia uiuemus. at quo pacto exerce
bimus? nempe si cognitum habuerimus, utrum re
ctè sit dictum, insatiabilitatem uitium esse animi
pessimum. fundamentum enim quoddam hoc est
omnium cupiditatū, pecuniæ, gloriæ, honorum,
principatus, contentionis. primum igitur semper
in promptu habere oportet præceptum illud atq;
institutum, quo iubemur eo quod adest, contenti
esse, annexum ei uidelicet atq; adhærens, quod de
insatiabilitate dictum est. quicunque enim odio
prosequetur animū insatiabilem, is eum protinus
diliget atque amplexabitur, qui sit paruo conten-
tus. si igitur hoc solo constat ipsum omni mœrore

A ac tristitia carere, iamq; hoc ipsum uniuersum pe-
nes nos ipsos habetur, illud cōsequēs fuerit, ut pe
nes nos sit uiuere sine mœrore, si modo in prom-
ptu habeamus, quod de animo tū insatiabili tum
frugi pręceptum est, ac per hoc ipsum pręceptum
singulis diebus in singulis huiusce operis partib.
nos ipsos exerceamus: quod quidem cum cęteris
ex puerili disciplina cōtingat, alijs illis, quibus in
hoc fortuna non fauerit, serò tandem ea ratione
quam exposui continget. quis enim est qui nolit
omnem ætatem ducere sine tristitia? aut quis non
hoc omnibus diuitijs pręposuerit, quę & facile au
ferri possunt, & sceleribus nonnunquam redun-
dant? ille igitur & hęc & alia multa tum mihi tum
alijs deinceps recensebat: quibus omnibus illico
B etiam persuadebat. utilitatem tamen eam, quæ ex
posterioribus capitur, serò capientes paucissimos
quosdam uidi. pleriq; eñ usq; adeo animi sui affe-
ctus auxerūt, ut iam inde insanabiles existāt. at si-
quis modicis adhuc perturbatiōibus inseruit, po-
testq; aliquid eorum quæ prius dicta sunt, intelli-
gere, ubi sibi inspectorem quendam ac pædago-
gum apposuerit, qui se, ut antea dixi, in singulis re
bus alias moneat, alias obiurget, alias etiā adhor-
tetur & compellat ad ea quæ præclariora sunt ca-
pessenda, ac seipsum eorum quæ & dicit & mo-
net, prębeat exemplum, is sanè poterit & liberum
& egregium sibi animū ratione cōparare. etenim
turpe est libertatem eam quæ humanis legibus ac
C cepta refertur, maximi facere, eam autem, quæ &
uerè & natura ipsa est libertas, nō omni studio pe-
tere, sed inhonestis atq; impuris ac tyrannicis do-
minis seruire, lucris uidelicet, ac minutissimis qui
busq; pecuniarijs ratiōibus et cupiditatibus, tum
principatus, tum gloriæ, tum honoris. quorū sa-
nè omnium matrē ego haud dubitarim dicere, in-
satiabilitatem habēdi. quis igitur talem in animo
pestem habens possit unquā aut honestus aut pro
bus euadere? aut cur non mille mortibus sit di-
gnus, qui non toto animo oderit talem turpitu-
dinem? porrò autem hanc ipsam multo magis &
odisse & fugere debent adolescentes qui se saluos
esse uelint: qui si forte initio assueuerint pecuniā
insatiabiliter cupere, fieri iam ultra non poterit, ut
cum ad annū quadragesimū peruenerint, seipsos
D recuperent: sed pone, si magis placet, quinquagesi
mum: ne quis nos ut inhumanos redarguat, sicuti
quendā audiui dicere: homines quidē nō paucos
uinci solere gula, uenere, gloria, honore: se uero,
qui diues esset, una re tantum, quòd nullius sui
uoti compos fieret. nam is cum satis diu me singu-
lis diebus lætū hilaremq; uidisset, ipse interim ma
le animo affectus, rogauit, ut docerem, quid sibi
esset faciendum, ne tangeret tristitia. cui cū ego re
spondissem, longiore annorū spatio esse opus ad
eorū uitiorum correctionē, quæ ipse in animo suo
ac hunc usq; diem aluisset, uociferans, nihil te, in-
quit, unq; uidi inhumanius: quasi ego uidelicet, q
possem, si modo eniti uellem, ipsum quàm citissi-
me ab omī tristitia liberare, hoc sic illi beneficiū in
uiderem

uiderem. cum tamen huic uni ex omnibus disciplinis nemo ex ijs ad quos ipsa pertineat, inuidere possit. nobis quippe expedit, omnes homines quibus cum consuescimus, omni animi perturbatiõe uacare, neq; aut gloriæ, aut si qua alia res est glorię similis, eius cupiditate animum gerere deformatum. quanto enim hi meliores fuerint, tãto nobis amici utiliores existẽt. rursus igitur ad eum reuersus qui se in uerum studeat uirum euadere, uiam quandam communem ad omnia animi nostri bona monstrabo. oportet enim eum qui alteri præsit ad corrigendum, initio quidem intẽto esse animo ad singula quæ ab illo gerentur, cui sit indicaturus quid ab ipso negligatur. est enim interdum definitu difficile in ipsis actionibus, id quod in re familiari ex minutissima quadam ratione gerit̃. quare hoc ipsũ nullo modo præfiniri potest ei qui nũc primum incipiat auaritiæ morbum excidere. porrò quemadmodũ in hoc uirtus uitio proxima est, ita dum ambitionem excidere uolumus, uirtuti illico finitimum uitium offendimus. cæterũ quorum animi suapte natura ad honestatem probitatemq; feruntur, hi neutiquàm pudore affici solẽt, si cum ipsi iuuenes sint, seruariq; possint, alios habeant qui sua ipsorum peccata inspiciant, atq; obseruẽt, ętate scilicet prouectos homines qui in omni uita sua clarissimum liberæ mentis specimẽ dederint: quibus quidem increpantibus neq; resistere, neq; infensos esse par est, sed habere gratiã. quin etiam eosdem rogare oportet semper ut uera dicant. quod ipsum ubi cognitũ habuerint, tum conari si non ingentes illas portiones, at saltem minutas atq; exiguas de grandi illa summa affectuũ ac uitiorum excidere: tametsi initio per quàm arduum hoc, & cum magno labore magnaq; infelicitate fieri uidebitur. scire enim eos oportet progressu temporis non similiter idem habituros difficile. quo enim maius ratiõalis nostri animi pars in huiuscemodi exercitationibus ac studijs incrementum accipiet, (quatenus uidelicet superabũtur minuenturq; uitia) eo facilius obsequiũ ac perfectiorem obedientiã obtinebit. nam cum ea quæ maxima sunt, ratio nondum exercitata superauerit, haud dubium est, quin ubi duplicem excellentiam spatio temporis adepta sit, facilius sit superatura. etẽm ex ijs in quibus ipsa se exercuerit, multo existet generosior quàm prius, sicq; etiam illis quæ minora aliquanto euaserint, abunde sufficiet. porrò ad futuri temporis spem uel alterum horum dũtaxat satis esse poterat. quocirca ipsius exercitationis initio terreri non oportebat eum qui in ipsa affectuum curatione parum se proficere sentiret. progrediente eñ tempore magis proficiet, si modo æquo animo pergat audire eũ à quo uere ametur dicentem sibi quæ sint ea in quibus peccet, uelitq; non uideri tantum, sed etiam re ipsa existere & egregius & frugi. Hactenus igitur de ratiõe & cognoscendorum & curandorum animi affectuũ dictum sit: deinceps autem sequitur, ut de peccatis ipsis dicatur.

CL. GALENI DE CVIVSQVE ANIMI PECCATORVM NOTITIA ATQVE MEDELA LIBELLVS.

IVNIO PAVLO CRASSO PATAVINO INTERPRETE.

CVIVSQVE animi perturbationum cognitio ac medicina secundum traditam superiori commentario rationem cõprehensa est: deinceps de peccatis sermo instituendus est. igitur optimum & in pręsentia initium sumam, quod omnes, & si operibus non confirmant, ore tamen confitentur, ac illud quidnam sit, quod peccatum uocant, ut nobis procedenti oratione ambiguitas nulla relinquatur, explanabo, doceboq; uocabulũ hoc ἁμάρτημα, quod latinis peccatum significat, ab omnibus græcis ita accipi, ut modo ea, quæ haud recto iudicio cõmittantur, declaret, atq; ita ad solam rationabilem animæ partem pertineat, modo communius latiusq; ea etiam, quæ ad irrationabilem facultatem spectent, complectatur.

Multa desunt in codice græco

quidnam sit peccati consensus, omnibus in aperto est: quid imbecillus consensus, non item: siquidem nonnullis titubantem hũc assensum inter uirtutẽ uitiumq; medium ponere satius esse uisũ est: titubantem uero siue imbecillũ esse consensũ prędicant, quando nobis ipsis nõdum ita uerã esse opiniõe aliquam persuaserimus, sicut illa est, exẽpli causa, in utraq; manu quinos esse digitos, aut bis duo quatuor cõstituere: forsan utiq; senẽ quẽpiam offenderis, qui in omni uita ueris peccatis operã dederit, alicui scientificam ostensionẽ habenti infirme assentiri: sciẽtia porrò geometræ de his, quæ per Euclidis elementa ostensa sunt, talis est, qualis & hęc, bis duo quatuor esse: eandem quoq; scientiam & deinceps traditorum de globis præceptorũ habebit, quemadmodum & omniũ secũdum hæc resolutorum de linearũ figuris atq; gnomonicis. Quamobrẽ si uel parum quis ambigat, neq; propriũ ipsis consensum præbeat, quem cõprehensionem nõnulli appellant, hoc esse uitium, ut hominis uidelicet geometrę quispiã iure cõcesserit. at eius, qui in uita peccet, in bonis malisq; cognoscẽdis, possidendis, aut euitãdis improbę opiniões falsæq; cõsistunt, assensus item aut ꝓcliuis,

aut titubās & incertus. Hic iam igitur discrimen impendet, ne paruum iuxta & maximum peccatum committatur, si falsæ de bonis ac malis opinioni assentiamur. secundum Academicos planè ac Pyronæos uocatos philosophos eorum, quę à nobis inquiruntur, scientificam ostensionem haberi negantes, omnes, qui nunc habentur, de re aliqua consensus necessariò inconsiderati sunt ac temerarij, quin etiam & falsi esse possunt. aiunt pręterea, philosophorum de bonis malisq; discordes inter se pugnantesq; sententiæ ut ueræ omnes sint, neutiquàm fieri potest, at omnes forsan mendaces esse nihil prohibet, ut neq; uoluptas bonum sit, neq; perturbationum uacuitas, neq; uirtus, neq; ab ipsa prodiens actio, neq; aliud omnino quicquā eorum, quæ à philosophis enumerata sunt. In primis itaq; eum, qui à peccatis mundus esse cupiat, rei illius ignotæ, quam inuenire satagit, demonstratio sit, nec ne, considerare oportet, idq; nō obiter modo, sed longo etiā tempore inter ueracissimos homines uersantem, qui naturali quadam prudentia præditi sint, atq; in rationalibus disciplinis exercitati, qualis nam sit ostensoria methodus, speculari conueniet. Deinde cum quis ipsam se inuenisse sibi persuaserit: postea lōgo temporis interuallo iterum sese exercere debet ante, quàm ad maximarū rerum inquisitionem accedat: ut, exempli causa, quodnam sit illud bonum, (id sanè & uitæ finem nuncupant) quod comparatum felices nos, aut beatos, aut quod quis aliter nominare uelit, efficiat. Nónne igitur per deos illi, qui prius, ꝙ ostensoriā methodum sese inuenisse credāt, ad maximarum pulcherrimarumq; rerū indagationem transeunt, euidenter temerarij sunt? mihi quidem uel maxime huiusmodi esse uidentur: perinde enī isti affecti sunt, atq; illi, qui ante, ꝙ satis se in numerorum scientia exercuisse cognoscant, aliquid de supputatorijs locis atq; arithmeticis disserere audent. igitꝰ ut hos plerunq; falli necesse est, ita & quicunq; prius aliqua demonstrare conantur, ꝙ in demonstratoria methodo uersati sint, quin errores cōmittant, fieri nequit. porrò ꝙ nonnulli ex his, qui falsa edocent, quibusdam persuadeāt, sectarum multitudo testatur: sed neq; illis hæc, nisi aliqua similitudo intercederet, persuaderi potuisse, cuiq; palàm est: neque paruam hanc esse similitudinem profectò existimare conuenit. nam alioqui facillimè deprehēsa foret, neq; longo temporis decursu à multis clarissimisq; uiris eam argui conuinciq; opus fuisset. Illud itaq;, quod in re medicinali Hippocrates usu uenire aiebat, & in philosophia accidere uideṫ: dicebat aūt Hippocrates, similitudines uel bonos medicos in errores difficultatesq; conijcere, utpote non uulgaribus dūtaxat medicis, uerum etiam nobilissimis ob similitudines deceptis. quare neq; alienum est, & in philosophia similitudines pręclaris philosophis imponere. gemellorum similitudines illi, qui cum ipsis uersari consueuerunt, facile dignoscunt, non assueti minime id facere queunt. Eadem ratione & illæ, quæ in rationibus sunt, si-

A militudines eos, qui se se non diu neq; quotidie instruendis rationibus attriuerunt, prætereunt, quē admodum & gemini fratres eos, qui non unà degant atq; uersentur, delitescere solent. Hoc utiq; unum primum est eorum peccatum maximum, qui aliquid ad humanam uitam pertinens temere pronunciant, bonaq; ac mala aut ex amore sui, aut inanis sapientiæ, aut arrogantiæ, aut ambitionis causa constituunt: siquidem nonnulli rectè sese opinari sibi persuadent, nonnulli honoris, aut prætextus cuiusdam causa ea proximis probare conātur, de quibus ipsi dubitant, atq; animi pendent. peccant sanè utriq;, secundi scientes ac uolentes, quorum uitium ex perturbatiōe proficiscitur: primi uero nescientes, ipsorumq; error peccatū pro-

B prie dici merebitur. rectè igitur isti fecerint, si Aesopi manticarum meminerint, suasq; ipsorum opiniones alijs examinandas concesserint, haud per Iouem talibus, quales ipsi sunt, non solum in ostēsorijs methodis minime uersati, sed etiam aliarum disciplinarum, quæ Græci mathemata nomināt, imperiti: ijs enī imbutus animus acuitur ac delimatur, utpote geometria, arithmetica, differendi ratione, ædificatoria, & astronomia. Ex his porrò nonnulli neq; rhetoris, neq; id, quod maxime pręstò est, grammatici doctrina eruditi, sed adeo dicēdi artis ignari sunt: ut neq; ea, quæ à me dicantur, intelligentia assequi ualeant. quæ profectò ego animaduertens, cum aliquem sermonem feci, ipsis, ut dicta mea repetant, iubeo: tunc enī re uera quē

C admodum asini lyram, ita & isti ea, quæ à me dicta sunt, neutiquam percepisse deprehenduntur: nihilominus tamen in tam audaces, uel temerarios potius euaserunt, ut ab ijs, qui prima elementa didicerint, eò ludibrio habiti, quòd quæ audiuerint, recitare nequeant, nihil propterea erubescant, se ipsos tantum ueritatem agnoscere, alios disciplinis instructos tempus frustra perdidisse opinentur. uerum non illis quicquàm me profuturū sperans in hunc sermonem diuerti. plures enim ipsorum etiam si uellent, nihil iuuamenti capere possent, neq; ætatem ipsam amplius disciplinis percipiendis idoneam nacti sint. quisquis uero natura prudēs est, & eatenus primis rudimentis operam dedit, ut quæ audiuerit, maxime quidem ore pro-

D ferre statim, sin id minus, at saltem scriptis mandare ualeat, is sermonem hunc nostrum, modo sit ex toto ueritatis amator, sibi subsidio futurum scito. in hoc enim uis tota consistit, primum quidem aptum ad ueritatem natum esse: deinde optima ac liberali educatione usum fuisse. at qui in ueritatē explorandam minime natura feratur, & in flagitiosis inhonestisq; studijs altus fuerit, nequaquam iste aut sponte commotus aut ab alio concitatus ueritatem unquam appetere ualebit. quocirca neque ego unquam id genus homini opem ferre pollicitus sū. sed, ut modo retuli, ueritatis amico iter illud ostendere pro uiribus conabor, quod in omni uita perquisiui: illudq; solum esse, quod proxime subijciam, mihi persuasi.

Quo-

Quomodo quis methodum, uerá ne sit, experiatur.

Existimo nãq;, ut dixi, prius illis perceptis, quę de ostensoria methodo à maioribus nostris tradita sunt, in alijs rebus ante periculum fieri debere, nunquid re uera aliquod quæsitorum inueniant: esseq; huiusmodi rerum naturam idoneam, ut suis inuentoribus testimonium perhibeat: ut exempli causa in hoc, datam rectam, aut præceptas partes diuidere: fortassis penitus rudes, quidnam dicat, non intelligunt. ego uero perinde atq; si omnes ipsi adessent, clarius dicere incipiam. Rectam datã sermo noster intelligit, lineam aliquam rectam in superficie exacte læui propositã, præceptas autem partes pro sumẽtis arbitrio, siquis propositam rectam in quinq; æquales partes, aut septem, aut uiginti, aut centum diuidi iubeat. nam si tu per te methodum unam nactus, aut ab alio edoctus atq; usus, in quot uelis partes propositam rectam partieris, res ipsa tibi testis erit, omnesq; particulæ ita diuidentibus exquisite cernentur æquales. atque id genus omnia problemata exacte reperta per ipsa euidentia confirmantur: ut, cum dato quadrangulo circulum, aut pariter & dato circulo quadrangulum circum intus'ue ponere iubemur: item cum dato quinquangulo æquilatero et ęqui angulo circulum ut exterius circumponamus, quis præcipit: siquis etenim singula hæc ea, quam didicit, methodo circumscripserit, res ipsa quæsitum iam exploratũ esse testabitur: At non itidem, genitúsne an ingenitus sit mundus, res ipsa testabitur, quemadmodum neq;, finitúmne sit an infinitum uniuersum, aut quantus sit maris fluctuum numerus: nullum enim huiusmodi quæsitorũ ex ipsa re, quæ inuenta esse uideatur, dijudicari potest, quemadmodũ si circulo figuram duodecim laterum æqualium rectorũq; angulorum circum intusq; dare iussus id statim feceris. intus nanq; & circumscripta figura euidenter conspicitur: sicut & circulus huic multiangulę figuræ intus circũq; datus agnoscitur. itaq; cum demonstratoriam methodum ad quęsitum nos ducẽtem inuenerimus, testimonium ex ipsamet re haud obscurum accipiemus: & exinde coniecturas haud paruas ipsius ueritatis habebimus: ut aliquando & in his, quæ id euidenter testari queant, ea uti audeamus. neq; statim in rebus maximis à quoq; periculum faciẽdum esse existimo: siquidem ad felicitatem ducentia maxima sunt: sed in aliqua prius materia exerceri conuenit, quæ illorum errorem, qui se quæsitum falsò inuenisse autumant, redarguat, & uere inuentis suo testimonio faueat. Huiusmodi methodus in geometria reperitur, arithmetica, supputatoria, astronomia, & architectonica: nomine autem architectonicæ horologiorum, clepsydrarũ, hydrocopiarum, & machinamentorum omnium descriptiones amplector, inter quæ & pneumatica, hoc est, spirabilia quę uocantur, existunt. Hęc profecto omnia inuentoribus suis testimoniũ perhibent haud secus, q̃ astronomiæ inuenta, quæ & ipsa ex euidentibus dijudicantur, examinantur, & testimonio confirmantur. Solis nanq; & Lunę defectus, & quæcunq; circa fixas errantesq; stellas conspiciuntur, inter ea, quæ manifesto apparent, reponuntur. Manifestum præterea est sermones nostros omnium illorum animos percellere, quibus iam prouecta ætate non multum temporis superest, ut in rebus illis demonstratoriam methodũ exerceant, quæ ipsius ueritatem perspicue testari ualeant. aut enim ut proxime dicebam, proprio amore decepti: aut umbratili quadam sapientia, aut honoris inanisq; gloriæ cupiditate, aut arroganti iactantia, aut auaritia perciti, nonnulli sibi ipsis, nonnulli uerò alijs se aliquid firmi scire persuadent. quocirca nihil mirum fuerit in proprio unũquenq; auditorio suis hęc discipulis probare: quorum aliqui asinino ingenio sunt, aliqui uero acri, sed in primis disciplinis nequaquam exercitato: nam id genus uentosis atq; ineruditis pręceptoribus expedit, arbitror, tales habere discipulos. quicunq; enim natura prudens, & in disciplinis antea uersatus fuerit, ipsos illico floccifecerit, sicuti & ego adhuc adolescentiæ annos non egressus multos doctores contempsi: qui nonnulla demonstratis scientifice in geometria repugnantia ostendere audebant, neq; demonstrationis simulacrũ quod esset, unquam cognouerant. siquis igitur ueritatẽ exploraturus prius arrogantem iactantiam, nimium sui amorem, honorum & gloriæ immoderatã libidinem, falsam persuasionem sapientiæ, atque auaritiam ex animo suo extirpauerit, iste planè ad ipsam peruenit non mensibus modo, sed annis multis postea, cum ante sese exercuerit, atq; placita ad beatitudinem, & ad calamitates ducere ualentiã indagauerit: illis uero, quas dixi, perturbationibus furentem ac debacchantem ad tam longum iter pigrum atq; impeditum uideo: at illos nempe odio prosequor, qui insidiatorem calumniatoremq; efficiunt. huiusmodi enim uitijs suos ipsorum discipulos præoccupare ac inficere solent, neq; id genus sermõibus, quales nos hactenus fecimus, aures unquam præbere æquo animo possint. sanè oppido facile est præceptorem graui ac seuera facie dicentem imperitis adolescẽtibus persuadere expeditissimum esse ad sapientiã iter, idq; à cynicis uocatis philosophis affirmari testantem: siquidem & isti placita sua breuem esse ad uirtutẽ uiam contendunt: at ipsorum nonnulli sententiã hanc damnantes non ad uirtutem, sed per uirtutẽ ad beatam uitam cynicam philosophiam iter esse confirmant, cæterum nõnulli uerius ipsam declarantes imperitam istorum hominum temeritatem ad inanem iactãtiam breuem esse uiam testantur. Itaq; ut cynici omnes, quos uitæ nostræ tempore conspeximus, ita & eorum quidam, qui se philosophos profitentur, euitare se in rationali contemplatione exercitationem non eunt inficias: deinde, cum à nobis discesserint, cum uulgaribus hominibus, caprarũ uidelicet bouumq; pastoribus, fossorib. atq; messoribus cõgredi indignũ putãt, quòd

quòd scilicet ea, quæ à se dicantur, isti, utpote in ra-
tione differendi nũquam uersati, minime assequan-
tur: idq; nimirum insolenter faciunt, perinde atq;
si ipsi unquam in primis se disciplinis exercuissent
ac non repente de uitæ fine, de bona atq; aduersa
fortuna à præceptore demonstratorios, ut ipse cre-
debat, sermões audiuissent, ipsisq; eo, quòd nõ es-
sent exercitati, fidem adhibuissent: quæ planè ijs,
ut dixi, ob falsarum uerarumq; rationum similitu-
dinem causæ falsorum decretorum extiterunt. si-
militudines autem exacte illi dignoscunt, qui sin-
gulas integras materias diligentissime tractaue-
runt. at qui repente materiam aliquam non exer-
citata ratione aggreditur, nullo pacto falsas à ue-
ris argumentationibus distinguere separareq; ua-
lebit. huiusce rei manifesto indicio sunt uocata so-
phismata, quæ rationes quædã falsæ sũt ad uerarũ
imaginẽ dolose constructæ. harũ mendaciũ ex cõ
clusione, quæ uera non est, aperte deprehenditur.
quoniã uero falsæ ratiões aut sumptũ aliqd' falsũ
aut conclusionẽ haud recte illatã habeant necesse
est, & hæc in sophismatibus haud ita facile cõspi-
cua sunt, ab illis, qui in differendo se non exercu-
erunt, uix utiq; deprehendi poterunt. Igitur cum
rationem mendacem esse concedamus, quòd om-
nibus conclusionis mẽdacium euidenter pateat,
nihilominus inexercitatos nodi solutio præterit.
quocirca tutius isti cautiusq; egerint, si rationes
omnes suspectas habuerint, nulliq; prius assense-
rint, quàm se falsarum uerarumq; rationum simili-
tudines exquisite distinguere posse sibi persuase-
rint: aliosq; sibi quæstiones proponere patiantur,
uolentibus ipsorum eruditionis periculum facere
permittentes. num aliud igitur consulunt, quàm
quòd discipulis, ut se in sophismatum dissolutione
exerceant, præcipiunt? quæ nihil aliud, ut antea
dicebam, prorsus fuerit, quàm inter ueram falsam-
qúe rationem similitudinis agnitio. necessum ita-
que sit uerarum prius argumẽtationum naturam
didicisse: in ijs nanq; uersatus, ipsarumq; speciem
exacte iuxta celeriterq; percipere assuetus, haud
ægre, puto, falsas agnouerit. ego nempe id re com
monstraui, cum adolescentes in disciplinis uersa-
tos ueras rationes cognoscere edocui, & alicui ex
præsentibus, cui libuisset, ut aliquod ipsis sophis-
ma proponeret, iussi. ipsi enim sophismatum ab-
surditatem deprehenderunt, quæ aut in figuræ nõ
syllogisticæ inconcinnitate, aut in sumptionũ fal-
sitate posita esset. atq; ita istis inanis sapientiæ no-
mine præditis, istis inquam senioribus sophisma-
ta explicare nequeuntibus euidenter patuit, id
ipsis incommodi ex uerarum rationum ignorati-
one prouenire: quò fit, ut summopere dãnari me-
reantur, eo quòd ex temerario assensu miseram de
gant uitam. falsam enim de uitæ fine opinionẽ ad
miserias calamitatesq; ducere omnes testãtur: isti
uero homines quidam sunt in discernendis ueris
falsisq; rationibus nunquam exercitati, interdum
opinionis alicuius ueritatẽ intelligere se credẽtes,
& contingentẽ rationẽ se dixisse ignorant, ac tan-

A quàm sensibus, quæ opinantur, euidenter appare-
ant, nos sequi, et absq; demonstrationibus credere
iubent: interdũ uero, cum sola indicatione oratio
egeat, demonstratione ipsam cõfirmare nituntur.
atq; ita sanè quo differat demõstratione egens ab
eo, quod primario atq; ex se notum est, ignoran-
tes, nihilominus tamẽ de rebus, quibus magna cõ
templatione opus est, temere loqui aggrediũtur.
atqui in his erroribus multi, qui iandiu in philoso-
phia cõsenuerunt, inuoluti sunt. quid igitur, proh
Iuppiter, istorum ne inscitia, umbratilisq; sapiẽtia
tibi facile curari posse uidetur? an & ille etiam, qui
triennium, aut quadrienniũ præduro tumore do-
loris sensu carente laborauerit, unquam sanabitr?
nunquam profecto senum istorum animum insci-
B tiæ apparentisq; sapientiæ scirrho triginta iam an-
nos occupatum ad sanitatem redire posse credide-
rim. at, si uelis, id posse fieri ponito: deinde dierúm
ne spatio, an mensium, an annorũ huiusmodi scir-
rhi curatio egeat, æstimato. itaq; ne amplius admi-
rator, quam ob rem multos istorũ, qui se philoso-
phari prædicant, neq; alloqui, neq; cum ipsis di-
sputare dignum existimo. omnes em̃ priuatos ho-
mines, natura prudẽtes, eaq; disciplina institutos,
quæ iampridem à Græcis probata est, istis melio-
res præstantioresq; cognoui. facile enim quæcũq;
se euidenter consequuntur, agnoscunt: istos uero
altercantes, aut quæ placitis ipsorum aduersen-
tur, percipere dissimulantes plerunque expertus
sum. porrò cum millies olim cum plerisq; philo-
C sophorum, quæ quenq; propositum finẽ uita con-
sequatur, disputauerim, alij quidem omnes, quòd
primis rudimentis optime instituti sint, acutum
ingenium habent, ipsiqúe uiuendi modum con-
cordem suis placitis dicebant, sermonemqúe no-
strum recte intelligebant: at illi in quadam inani
sapientiæ opinione (ut supra posui) ad senectam
usque uersati soli cõtraria sentiebant: deinde cum
ab omnibus præsentibus deriderentur, ad conui-
tia iurgiaqúe se conuertebant. Verum quæ à no-
bis sæpius unà cum multis uiris de quoque pro
singulis finibus uitæ genere explicata sunt, in a-
lijs habes commentarijs tradita: multaqúe errorũ,
quos isti committũt, exempla in illis scripta sunt.
nam quæcunque isti diuersis sectis addicti uitam
D corrumpentes inter se contraria faciunt ac dicũt,
ex falso iudicio proueniunt, peccataq; sunt, quæ
in qualibet secta committuntur: siquidem ueridi-
ca atque optima secta non finem solum, uerum
etiam genus uitæ fini illi consentaneum adinue-
nit. Quamobrem quid inter peccatum perturba-
tionemq; intersit, hinc apertissime discere liceat.
Aliquis, exempli causa, placitum hoc instituerit,
homines iuuare, hominibus egentibus re uera o-
pem ferre cupiens: cæterum iste aut somno, aut so
cordia, aut uoluptatibus, aut aliquo id genus alio
impeditus subuenire afflictis neglexerit, ex qua-
dam perturbatione errauit. Alius uero quispiam
sibi ipsi tãtum uoluptates curarumq; uacuitatem
comparare statuens, ac propterea ciuibus suis, aut
domesti-

domesticis iniurijs affectis auxilium denegans, ex
praua opinione profecto, non ex aliqua perturba/
tione peccauerit.

Quod de cuiusq; uitæ fine opinio falsa
peccatorum causa sit.

Multorum sanè peccatorum falsa de cuiusq; ui/
tæ fine opinio fons & origo est, ex ea enim tanquã
ab radice quadam singula peccata exoriuntur: po/
test tamen aliquis de uitæ fine recte sentiens in ali-
quo particulari consecutionem haud intelligens
aberrare: cæterum tibi, (ut proxime dicebam) acti
ones uitæ singulis finibus congruentes in alijs cõ
mentarijs latius enumeraui: in præsentia peccato/
rum sola capita perstringam, quæ & repetere sati/
us esse duco, ut propositorum compendiũ quod/
dam facile memoriæ mandandum conficiã. quan/
doquidem enim in finis contemplatione felicitatis
humanæ principatus ponitur, haud ab re in ipsum
inuestigandum omnes incubuerunt: de quo qui se
ipsos magni faciunt, prompte sententiam suam tu/
lerunt; prompte autem sententiam tulerunt, aut
omnes, aut uno tantum excepto: quem ipsum ne/
que in confesso est id fecisse, antequàm de demon/
strationibus iudicauerit, essent'ne re uera demon/
strationes, an illi ita esse uiderentur. hominem igi/
tur propria peccata obseruantem atq; animaduer/
tentem illud ipsum in primis cogitare oportet, iu/
stum esse omnino eos curiose diligenterq; audien/
tem, qui sese quæsita ostensione probauisse arbi/
trantur, postea ipsa dijudicare conari: atq; iterum
hoc loco cum ab ipsis acceperit: quem in orationi/
bus iudicem ueritatis statuant, deinde iterum hæc
ipsa secum, ut sese habere oporteat, reputans, con/
sideransq; nunquid ipsi rursum iudicandi instru/
mentum altero egens instrumento intelligant, de/
inde post illud rursum alio, idque ne in infinitum
protrahatur, suspicans multum ocium nactus lon
go temporis spatio unà cum uiris, qui ipsi maxi/
me ueridici uideantur: ita primum omnium iudi/
candi instrumentum contempletur: quod scilicet
altero instrumento non egens inuenire opus est,
* inuentumq; omnibus hominibus ostendere: id ue
ro & absq; dijudicatione conceditur, eandẽq; quã
omnis demonstratio, uim præseferre potest: atque
ita, quod superest, in ipsum respicientẽ omnia ad
id particularia redigere cõuenit, quod sanè resolu
tionẽ nonnulli philosophi uocauerũt: ueluti ascẽ/
sum quendam ab his, quæ media sunt, ad primariũ
iudicationis instrumentum. utpote aũt in re ualde
difficili, quemadmodũ opere plerunq; didicisti in
istis uano sapientiæ nomine præditis, petulãtibus,
ac propterea ludibrio habitis, q; neq; uulgaria quę
sita ad primum illud instrumentũ iudicandi redige
re ualeant, sibijpsi eum cõstare oportet, qui scien/
tiæ capax esse uelit, atque in multis singularibus,
quæ ipsam inuentã esse testari possint, ut antea di/
ctum fuit, sese exerceat. huiusmodi sunt aũt ea, quę
in arithmetica linearumq; scientia habentur, qui/
bus ueluti gradibus astronomia & architectura ni
tuntur. age enim ut declarandi causa ex architectu

A ra exemplũ aliquod promã, urbe cõdita ipsam ha/
bitaturis propositum sit non per coniecturas, sed
exacte quotidie scire uelle quantum diei temporis
iam elapsum sit, quantumq; usq; ad solis occasum
supersit. id problema sanè in resolutoria methodo
ad princeps illud iudicatorium redigi opus est, si/
quis ipsum, quo dixi, modo in gnomonica tracta/
tiõe inuenire debeat, rursumq; ex illo per eandem
uiam, sed contrario modo proficiscendo compo/
ni: quemadmodũ & hoc in eadem tractatione didi
cimus. porrò in hunc modum cõmuni generaliq;
uia comperta, nobisq; cognoscẽtibus ex huiusmo/
di lineis temporis partium dimensionem fieri ne/
cessum esse, ad corpora deinde transire cõuenit li/
nearum descriptionem uocatumq; gnomonem su/
B sceptura, ac primum uestigare, quæ corporum fi/
guræ ad inuentã descriptionem idoneæ sint, dein/
de in illis singulis, qualis nam hæc descriptio fieri
possit, ex resolutione compositioneq; inuenire. ac
posteaquàm rationalis methodus euidentem no/
bis propositorum inuentionis confirmationẽ prę
stiterit, mox ad ea exequenda, quæ per ipsam in/
uenta sunt, accedentes, iterum considerabimus,
quo modo depingendi corporis superficiem pla/
nam æquabilemq; reddemus, hoc deinde per re/
solutionem et compositionem adinuento aliquod
huiusmodi corpus fabricati per instrumẽta ipsum
lineis designare tentabimus: iterumq; ex resoluti/
one ac compositione eo comperto, eiusdem speci
ei corpora, qualia nos methodus edocuit, constru/
C ere enitemur. cumq; postea in multis deinceps fi/
guris delineatio facta, hominibusq;, ut re experiã/
tur, diuulgata fuerit: iam id, quod à principio pro-
positum fuerat, exploratum est. quando enĩ prima
linea primum solis radium excipit, itidemq; postre
mum ultima, atq; hoc in omnibus solaribus horo/
logijs depictis apparet, iam profecto unum quod/
dam euidens indicium, quòd res proposita inuen/
ta sit habebimus: item alterũ, cum omnia delinea/
ta corpora inter se concordant, necnon & tertium,
cum æqualis aquæ fluxus ipsis respondet. hoc et/
enim depictorum horologiorum ueritatis iudica-
torium futurum ratio adinuenit: quod dico aũt hu
iusmodi est. uasculũ ex quauis materia conflatum
perforato, primumq; solis radium intuitus aquæ
D mundæ imponito, deinde tibi cum pictũ horologi
um primã horam præterijsse nunciauerit, tu quan
ta uasculi portio aqua impleta fuerit, adnotato, ea
q; effusa iterũ uasculum eidẽ aquæ imponito: & cũ
secundã horam solare horologium significauerit,
uasculum aspicito: postea cum aquam in ipso ad e/
andem partem peruenisse, ad quam & prima hora
peruenit, inueneris, adnotato celeriter, & exhau/
stum uasculum iterum in eandem aquam immitti/
to, ac rursum obseruato, num, quoad tertiã horam
horologium indicauerit, ad eundem uasculi locũ
aqua perueniat, ad quem prima aut secunda hora
peruenerat: quod ita factum esse inueniens, exhau
rito uasculum, & iterum ad quartam usq; horam
in aquam demittito, itemq; ad eandem uasis partẽ
aquam

aquam ascendisse conspicatus, ipsam statim effun-
dito, denuoq; in eam demisso uasculo quintam si-
militer horam explorato, cumq; & in hac ad eun-
dem locum aquam peruenisse comperias, deinde
in sexta & reliquis deinceps usq; ad duodecimam
si prorsum ita fieri cognoueris, recte depictum esse
horologium tibi persuaseris, quandoquidem pro-
positum demonstrauit: propositum erat autem, in
duodecim æquas portiones totius diei tempus es-
se distributum. porrò numerum hunc tanquàm
omnium utilissimum delegerunt, dimidium enim
continet, & duplum, & quartum, & sextū, & duo-
decimum, quæ nullus alius post ipsum numerus
usq; ad uigesimumquartū continere uidetur. Hūc
sanè tanquàm exiguum repudiarunt, & duodena-
* rium numerum ueluti commoderatum iudicātes
in tot particulas totius diei tempus diuiserūt. Hāc
autem partitionem ex usu esse alij multi & Roma-
ni ipsi experientia comprobantes atq; utentes o-
stendunt: siquidem hæreditatem omnem, cum te-
stamentum cōdunt, in duodecim portiones distri-
buunt: & ponderum ac mensurarum, quibus in ui-
ta opus est, plurimas in duodecim partes diuidūt.
tu uero si iubeas, tibi per methodum horologium
depinxero, ac deinde, siue in duodecim partes, si-
ue in alium quempiam sequentem numerum in-
tegrum diem partiri uolueris: in illo profecto id,
quod proposueras, itidem factum esse comperies,
quando & perforatorum uasculorum mensuræ re-
spōdeat, & omnino inter se depicta horologia cō-
sentiant, eo quòd ultimæ in ipsis lineæ diei fines
cōcludant. ad hunc sanè modum & uasculi, quod
græci clepsydram uocant, fabricam ratio metho-
do resolutoria uestigans inuenit, cuius iterum ex-
perimentum uel plebeijs hominibus euidens est:
summa enim eius linea duodecimam horam signi-
ficans excelsissimum locum habet, qua parte cle-
psydra longissimum diem dimetitur: breuissimum
uero, ubi linea breuissima est: inter utranq; media
est, æquinoctium quæ declarat: ac deinceps quar-
tam pertransiens perinde omnes anni dies metie-
ris: quod in medio interest usq; ad æquinoctialia
foramina in clepsydræ labris tibi prædictos qua-
tuor dies significabit: à quibus foraminibus post
id, quod longissimum diem significat, inuenire sci-
licet incipiam, usq; ad quam partem altioris in cle-
psydra lineæ hora duodecima transacta aqua per-
ueniat, post illa uero item tertia à duodecima con-
uersione unam illam in clepsydra lineam, quā excel-
sissimam esse dixi, dimetientem reperies: quinetiā
* & alias lineas, quæcunque excelsissima inferiores
sunt, alias horas metientes inuenies, quartam qui-
dem à duodecima: omnibus autem anni diebus
undecimam horam significant secundum eius dif-
ferentes partes, ut de suprema ante dictum est: ac
deinceps quintam, aut sextam horam secundū di-
uersas partes significantem, atq; item sequentem
septimam, octauam, aut nonam, ac reliquas usque
ad imam lineam horam primam inuenire in sola-
ribus horologijs clepsydra iam aquæ plena tibi

A patefiet: quemadmodum & quarta & reliquę usq;
ad duodecimam inter se quidem æquales singulis
quibusq; diebus apparent, ad alias autem aut præ-
teritas aut futuras relatæ inæquales: deinde metho-
dum hanc inueniens non cupiuisti, heus tu, quid
sit cognoscere? non'ne tuam inanem scientiæ per-
suasionem percepisti? qui proposita hæc cum ne-
scias, nō per anni spacium, aut, rectius ut dixerim,
non in omni uita inuenire ualeas: neq; enim hæc
unius hominis uita adinuenit, sed paulatim linea-
rum scientia prouecta est: primo quidem elemen-
taribus ipsa præceptis ab aliquo uestigatis: postea
cum hæc inuenta sunt, posteris hominibus dein-
ceps contemplationem illam summopere admira-
bilem, quam resolutoriā nominari dixi, proponen-
B tibus, seseq; in ipsa & alios, qui uoluerint, quàm
diutissime exercentibus: neq; tamen aliquod hu-
iusmodi manuarium opus, qualia hactenus de so-
laribus horologijs atq; clepsydris declarauimus,
architectari potuerunt. At neq; temerarij erant, ne-
que arrogantes, qui huiuscemodi res indagabant,
quales isti, qui sapientiam se quærere, aut inuenis-
se gloriantur: illi autem uerissimo sese honore de-
corantes, facultatem, quam in anima optimā ha-
bebant, exercere, & ad finem perducere cupiebāt,
rationabilem scilicet dico, qua exercitata, & bo-
num habitum sibi congruentem adepta longe ma-
iores uoluptates, quàm illi, qui corporis uolupta-
tibus perfruuntur, accipiunt. nulla etenim alia qua-
dam facultate ab hircis, uermibus, porcis, pecudi-
C bus, atq; asinis distamus: neq; ulla alia contempla-
tio ingenui uiri animum uehementius, quàm hæc
resolutoria facultas, oblectat, cum præsertim in ip-
sa quispiā magnos progressus fecerit: inter initia
uero, quemadmodum & aliæ ferè omnes discipli-
næ, laboriosa est. quòd si nihil etiā delectationis af-
ferret, cum tamen in rebus maximis nobis usui fu-
tura sit, in ipsa exerceri optimum fuerit: cum illud
præcipuum (ut modo diximus) habeat, ut quantā
uoluptatem afferat, res per ipsam inuentæ decla- *
rent: quod in his, quæ à philosophia indagata sunt,
neutiquàm repertum est. quocirca eos, qui in ipsā
petulantius garriunt, pudeat: neq; enim, ut qui ho-
rologium clepsydramúe haud recte designauerit,
à re ipsa euidenter coarguitur, sic & philosophiæ
D præcepta euidenti examine refutantur: uerum, ut
quis uoluerit, ei dicere licet, cum semel impudens
absq; rationali methodo ab ipsis rebus sese edoceri
affirmat. quòd si eos solos res uocem adeptæ allo-
cutæ forent, haud ab re sese iactarent ac gloriaren-
tur: at cum res sileant, neq; nos, neq; illos alloquā-
tur, iam satis patet, solam, quæ in nobis est, rationa-
bilem facultatem rerum naturam exploratum ire.
res igitur inuenire potens id prius in rebus euidē-
ter hoc testantibus demonstrato, & methodū no-
bis dicito, cui omne problema resolutorie subijcia-
tur, ac uerarum falsarumq; rationū similitudines
depromens ostendito rationi, cuius uitium depre-
hēdere liceat, in rebus obscuris non esse fidē habē-
dā. omnia hęc homines recte dicta esse cōsentiunt,
præter

præter istos temerarios & falsa doctrinę persuasio A
ne inflatos, quibus ad ueritatem uia neqꝫ lōga ad-
modum est, neqꝫ eiusmodi, qualem Hesiodus ad
uirtutē esse cecinit, sed breuis ac plana, aut potius
nulla est. nempe si res ipsæ naturā suam omnes ho
mines edocent, non decet in rationalibus metho-
dis sese exercentes, frustra operam et oleum perde
re. nonne igitur ó maxime cunctos sapiētia excel-
lere uobis persuadētes, hoc saltem nobis alijs, qui
nondum sapientiam uestram assecuti sumus, ma-
nifeste cōcesseritis, omnes homines oportere om-
nium rerum ueritatē cognoscere, quandoquidem
ipsarum natura seipsam patefacere abunde ualeat.
tergiuersantur iterum, cum ita fuerint interrogati,
non omnesqꝫ, aiunt, à rebus edoceri. quinam igi-
tur sunt isti, quos res ipsæ edoceant, nobis iterum B
percontātibus, se ipsos solos aiūt. quid enim aliud
respondere queant, iactantiā, scilicet quam ab ini
tio professi sunt, tueri constituentes? At profecto
nos istis de se quicquid uelint pronunciātibus ne-
quaquā credimus: cur enim proh dij immortales
solis his res ipsæ naturam propriā declarauerint?
num idcirco quia nihil ex primis disciplinis perce
perunt? Sed hoc merum mendaciū est: alij etenim
pleriqꝫ ne illas quidem ulla ex parte delibarunt. ꝙ
* si rationabilem animę uim in disciplinis exercuis-
sent, effectus id eos posse facere testaretur. atqui
nondū eiusmodi contemplationem attigerunt. di-
cent autē forsan, solos se perspicaces à natura crea
tos, atque res acutissime cernere, quemadmodum
Lynceus subterranea intuebatur. quid igitur, si a- C
deo acri admirabiliqꝫ ingenio sunt, in id genus
propositis excutiendis, quorū inuentio ueridicos
esse inuentores manifestat, planè ridiculi conspi-
ciuntur? nullū enim eorum isti unquā inuenire po
tuerunt: quin & eorū inuentoribus declarantibus
ac edocentibus alij sane discunt, isti uero soli & in
* exercitati, & ingenio tardi percipere nequeunt: de
inde me amici prouocāt, ut an aliquis ex ipsis for-
te me intelligere possit, experiar. sed nullus ipso-
rum, quod dixi, recitare ualet. Quęnam itaqꝫ cæci
tas in proprijs dignoscendis uitijs hac istorū igno
ratione maior est? quòd uulgaribus hominibus se
se rudiores cum uideant ad ea percipienda memo
riæqꝫ mandanda, quæ ab arithmetica, geometria,
architectonica, astronomiaqꝫ reperta sunt, postea D
philosophiæ abstrusissimos locos adeo facile ex-
ploratos sese habere censeāt, ut res ipsas sese osten
dere absque demonstratione, rationaliqꝫ methodo
contendere audeant. porrò ꝙ sponte inter se adu-
lentur, neqꝫ ueritati inueniendæ operam nauent,
ex eo scire licet, ꝙ de re aliqua singuli inter suos
tātum discipulos disserunt, omnesqꝫ alios tāquam
aberrantes calumniantur atqꝫ uituperant: ego ue-
ro si in unum eos locum cogere uelim, id non fe-
runt, sed statim uerecundiā prætexunt, neqꝫ se co-
ram hominū multitudine sermonem habere pos-
se confirmant: nihilominus ipsorum alius uiginti
auditores habet, alius triginta, & nonnunquā plu
res, neqꝫ inter illos dicere erubescūt. uerum ego si

tres aut quatuor eorum sermonibus interesse uo-
luerim, exēpli causa platonicos quatuor, tres aut
quatuor epicureos, totidem numero alios stoicos
et peripateticos, ad hos tres academicos, aut uoca
tos scepticos, hoc est, consideratiuos, ut omnes ex
philosophia uiri uicenariū numerū expleant, præ
terea ultra enumeratos si totidem adsint, qui ratio
nalem potentiā in mathematicis exercuerint, sed
philosophicos sermones ignorēt: tunc nullus isto
rum eiusmodi uirorum conspectū sustineat. quòd
si nōnunquam ab hominibus nulli sectę addictis,
in dicendo autem exercitatis coacti eiusmodi ho-
minum cœtibus interesse nō recusent, dum isti in
ter illos altercant, suasqꝫ rationes conglomerant,
multoties aliquis geometra superuenit, accesserūt
& medicorum nōnulli, & alij quidam dicendi stu-
diosi, & mathematicis disciplinis instructi, eas qui
dem, ut quæstum facerent, exercentes, & nulli in
philosophia sectæ inseruientes. atqꝫ tunc, ut mihi
moris erat, ab ijs petij, ut istorum philosophorum
rationes dijudicarēt: tum eorum quidam optime
controuersiam sedari posse, inquit, si in id, quod
mundum cōtinere isti aiunt, uacuum profecti, ex-
periantur nunquid in eo positū corpus una in se-
de manere, an & ad alium quoqꝫ locum transferri
aptum sit. alijs quidem omnibus hæc dicta placue
re, soli ipsi inter se, nobiscumqꝫ rixari non destite-
runt, probabiles rationes à necessarijs distinguere
nequeuntes. potest ēm corpus in uacuo uno loco
manere, potest & nō manere, neutra secta necessa-
riam ostensionē habente. Sed iam mihi tēpus ad-
uenisse uidetur, ut & ego aliquid in medium affe-
ram, parū sanè sperans ab istis suam inanem scien
tiæ persuasionem relictū iri: neque tamen id ipsum
exiguum esse duxi, ipsam uidelicet nō intentatam
relinquere. id igitur ab omnibus conceditur, om-
nem demonstrationem ab euidentissimis inchoa-
ri: sed illico primus ab ipsis ad ignota transitus ab
academicis & consideratiuis appellatis philoso-
phis non conceditur: inter nos uero id conuenit,
(quod illorum ambiguitatē auget,) diuersum ab
euidētibus id esse, quod inuenimus. cum enim ex
euidentibus aliqua intelligentiæ, aliqua sensui eui
dentia sint: inter se nonnunq̃ hæc pugnare uiden
tur, atque in primis hoc ipsum homine exercitato
eget, hæc neutiquā inter se dissidere ostensuro. se-
cundum ab hoc maximum est, quæ euidenter cla
ra sunt, huiusmodi esse cognoscere: quidam enim
temere, nondū clare apparētibus perinde, ac talia
sint, assentientes fallunt. sed quid mireris inquies,
id in rebus intellectui claris temerarijs hominibus
accidere, id ipsum cernens & in singulorum sen-
suum actionibus quosdam cōmittere, cum ex lon
giore scilicet interuallo, ꝙ uidendi requirat poten
tia, aliquem accedentē intuiti, exempli causa Dio
nem esse qui accedat, tanquā exacte conspicati af-
firmant, atqui iste propius accedēs interdum non
Dion, sed Theon esse uisus est. itaque si procul &
propè uisorū imago non differret, minime de his,
quæ procul aspiciunt, inter se dissidentes, neqꝫ re-

darguerent unq;, neq; redarguerētur; ſin alia uero eſt propè uiſorum, alia nō propè uiſorū actio, ut illis, qui propius intuenẽ, notū eſt, haud iniuria nōnunq; decipiunẽ. hoc igitur ante omnia memorię mādato, anteq; & tu interdū nimis inconſiderate ad intellectui manifeſta pertrāſeas: ne aliquod uiſibile procul accedēs equū eſſe uerbi cauſa dixeris, qđ propius cū fuerit, Theodorus eſſe cognoſcatẽ: aut potius te in omni uita ab huiuſmodi tam facili aſſenſu abſtineto, quem procidentiam & temeritatem nominant. mihi ſanè id tantum de me tibi dicere liceat, nullus me unquam ita deceptum eſſe oſtendere poterit. ab adoleſcentiæ nanq; temporibus ita me ſemper aſſuefeci, ut tam in his, quæ ſenſui, ꝙ in his, quæ rationi manifeſta uidentur, ab inconſulto & præcipiti aſſenſu cauerē: ad quæ tranſiens iam tibi iterum in memoriā reuocare hortariq; decreui, ut nulli falsò fidem habeas, ut quotidie permultos amicorū alicui quæuis loquenti aſſentiri uideo: ꝙ ſi duo, tres, aut quatuor idem dixerint, non renituntur: ſed cum uni aſſenſi planè fuerint, idem tribus aut quatuor dicētibus temere aſſentiuntur: neq; illud perpendunt, utrum iſtos omnes ex una cōmuni cauſa uerum dicere, aut cōtrà ex una cōmuni cauſa mentiri liceat. ſatius igiẽ fuerit hic cunctari, quemadmodū et ego facere ſoleo, & ſi ꝙ maxime deriſorem me & incredulum amici mei temere aſſentientes nominant. igitur nonnulli ſunt, qui cum aliquem peregre aduenisse de quopiā audiuerint, ſtatim mihi ueniſſe hominem renunciant: ſed paulo poſt mendacij conuicti & à me reprehenſi, tantum abeſt ut in poſterū ſeſe cautiores præſtent, ut etiā ægre ferentes mihi iraſcantur, dicantq; ſe non eſſe mendacij autores, ſed cuidam illud dicenti crediſſe, eiusq; peccatum eſſe non ſuum, propriam in aſſentiendo inconſultā temeritatem conſiderare nolentes: nempe ſi, ut ego dicere conſueui, hominē hunc mihi hac de re hoc dixiſſe; hunc in modum & ipſi auditos ſermones æſtimarent, haud profecto deciperentur. nunc uero dum mendacium referenti credētes falluntur, non illum modo, uerum etiam ſe ipſos mendaces eſſe demōſtrant: cum amicum peregre in patriam redijſſe non ex renunciantibus, ſed de ipſomet audire liceret. quandoquidē igitur huiuſmodi rebus ipſorum haud multo poſt mendacium declarantibus, nō deſiſtunt tamen propenſe nimis fidem adhibere, quid in abſtruſis atq; reconditis ipſis accidere putandum ſit? quas percipere ſanè ꝙ difficile
* eſt: facilius quidem fuerit unius rei ſemper meminiſſe, ꝙ in eius exacta cognitione perſiſtere: difficillimum autem iccirco fuerit, quoniā id ipſum facere pleriq; recuſant. mihi uero huiuſce præcipitis audaciæ cauſam quærenti omnia hæc ipſi agere, ut reliquos ingenio præcellere cēſerenẽ, uiſi ſunt: celeriter enim quoduis aut ſenſu aut intelligentia cōſequi laudabile eſt: quod ſolum iſti homines intuentes ſeſe uicino apprehenſionis celeritate meliores probaturos eſſe cōfidunt, cum tamen ignorantiæ potius celeritatem oſtendāt. hæc itaq; à me

A generatim aduerſus oēs temere aliquid pronunciantes inuenta dicere uolui. Cæterū ad iſtos rurſum philoſophos reuertamur, qui incōſiderate de corporibus in uacuo ſtātibus, aut deſcendentibus ſermocinanẽ. Architectus nanq; ita non affirmaſſet prius, ꝙ in ipſum mundi uacuum egreſſus rem experiētia comprobaſſet, atq; unumquodq; in uacuo poſitum corpus aut eundem locum obtinere, aut in alium tranſmutari apertiſſime conſpexiſſet: eiuſmodi nanq; ad oſtenſiones cōſtituendas principijs euidentibus, ac ſine controuerſia ab omnibus conceſſis ipſos uti cognouimus: at uos philoſophantes quorum nullam certam notitiam habetis, ea ꝙ clariſſime dignoſci poſſe contenditis. Proxime duos altercantes philoſophos audiui, alteri
B enim eorum aqua lignis grauior eſſe uidebatur, contra alter ligna grauiora eſſe defendebat, uterq; autem ſusq; deq; longas rationes conuoluens aſſerebat. caput præcipuūq; alterius philoſophi argumentum erat, conſtrictam denſamq; ſubſtantiam grauiorem eſſe, quocirca ligna ꝙ aqua, grauiora eſſent. alterius ratio potiſſima fuit, aquę minus uacui ꝙ lignis ineſſe, ideo ipſam quoq; grauiorē eſſe debere. hæc uero dicebāt prolixis ſermonibus nō demonſtratiuis ſententiam ſuam roborantes, tanquam ipſis rem ſenſu dijudicare (quemadmodum & nos facere nouiſti) non liceret. ſed ipſum philoſophi adhuc dicere uolentem interrogauerunt, quis nam eſſet modus, per quem euidenter apprehendi poſſet, utrum ipſorum grauius eſſet. neque
C enim in lancibus id fieri poſſe dicebant, quemadmodum neque ex uaſe pleno. etenim expendere lignum poſſumus, non tamen uas aliquod ipſo replere: quod rurſum aqua implere ualemus. hæc igitur iſtis (ut ſoliti ſunt) garriētibus ridens architectus inquit, nimirū uos omnes opinione ſapientiæ imbuti eiuſmodi ſemper eſtis, quæ extra mundum ſunt, de quibus cōiectura notitiā accipere ſolum contigit, ſcientifice autem comprehendi nequeunt, cognoſcere uobis perſuadentes: hæc aūt, quæ ad manum ſunt, uel imperitis hominibus interdum patentia penitus ignorantes, quemadmodum & id ipſum in præſentia propoſitū aquæ ſcilicet ac ligni pondus exquirere. omnibus igiẽ, qui ibi aderant, architectum rogātibus, ut quo pacto
D ligni & aquæ grauitas inter ſe comparari dijudicariq; poſſent, edoceret, ipſe quidē breui & aperte, ut omnes præter ſolos philoſophos intelligerent, explanauit: ab illis uero bis & ter eundem ſermonem repetere coactus eſt, uixq; tandē ſic rem apprehendere potuerūt. quocirca iure, inquit architectus, permulti nihil iſtis pręter inanē ſciētiæ perſuaſionem ineſſe prædicant: ſtulti nāq; & ingenio hebetes in rebus omnibus obſcuris & reconditis conuincunẽ: at iſti uano ſapientiæ nomine præditi in notis & apertiſſimis hęrent atq; allucinanẽ. tūc ego hæc eius ſermoni ſubijciēs haud iniuria id ipſis accidere, dixi, quādoquidē, ut à per ſe notis ad ignota tranſeundū ſit, nunq; diſcere laborarunt, neque in illis ſeſe rebus exercere, quæ recte inue-

nientium

nientium ueritatē comprobare, nō inuenientium A
autem errorem coarguere queant. cæterum, ut ri-
deatis,, inquit, iſtorumq́; faſtus quantus ſit, cogno
ſcatis, unum aut duo ex ijs, quæ huiuſmodi homi-
nes ſupercilia contrahentes inconſiderate profe-
runt, recitare decreui, primumq́; illud præcipue di
xero. poſteaquā peripateticus quidā philoſophus
acceſſit unicum eſſe mundum aſſerens, eumq́; ple
num, extra quem nullum eſſet uacuum, quemad-
modum neq; intus: duplici differētia, dixi, ab hoc
philoſopho uterq; iſtorū diſcrepat, oſtendi autem
ſtoicum philoſophū, & epicureum : ſtoicus enim
in mundo quidem nihil uacui, ſed extra mundum
uacuū eſſe locum aſſerebat : ambo hæc epicureus
concedens in alio quodam ab ipſo diſſentiebat. ne
que enim unum eſſe mundum, quemadmodū ſtoi
cus in hoc ſanè peripateticis aſſentiens, opinatur:
ſed quemadmodū uacuum magnitudine infinitū,
ita et mūdos in ipſo multitudine infinitos eſſe con
tendit. Ego uero, quæ iſti tres ſuis ſomnijs patroci
nari uolentes dicerent, audiui, ipſosq; nulla ratio-
ne oſtenſoria, ſed probabili & coniectrice muniri
exactiſſime cognoui : interdū uero neq; ſeſe quòd
* mentiantur, animaduertere : cum eos ſingulos, ut
in hoc idem propoſitum aliquam demonſtratio-
nem afferrent, prouocaremus. hoc modo itaq; ea, *
quæ in libris ipſorum ſcripta eſſe nouimus, diſſere
bant: omnibus autem præſentibus clariſſime nul-
lus ipſorum rationem neceſſariam, aut linearū de-
monſtrationi conſimilem, ſed ex argumentatiun-
culis, quibus rhetores uti ſolent, compoſitā affer-
re uiſus eſt. ſed hactenus de diuitibus ſermo habi-
tus eſt. Ad nos igitur ipſos, quicunq; diuites non
ſumus, reuertamur: iterumq; aliquem ex ſapienti-
bus percunctemur : num æquum ſit ſeipſos ſolos
ueritatē cognoſcentes prędicare ab omnibus alijs
tum imperitis, tum philoſophis dānatos. illud nan
que grauiſſimū eſt, (dicebam) ſingulos uidelicet
philoſophos extra proprium gregem à nullo alio
laudari. quem igitur alium præter omnes philoſo
phos iudicem, q; ipſa ſenſibus euidentia expecta-
bunt: aut ex omnibus rationalib. artibus arithme-
ticos, ratiocinatores, geometras, aſtronomos, ar-
chitectos, iuriſconſultos, rhetores, grammaticos,
muſicos : etenim qui ſe ipſum iudicat atque coro-
nat, aliorum iudicum ſi expectet ſententiam, om-
nibus ſuffragijs cōdemnabitur. Hæc in præſentia
de uitijs abunde dicta ſunto.

CL. GALENI DE AS-
SVETVDINIBVS LIBER

NICOLAO REGIO CALABRO INTERPRETE.

CVRATIVARVM in-
tentionū unam ab aſſue-
tudinibus exiſtimātibus
exiſtere non ſolum opti-
C mis medicis, ſed & omni
bus hominibus : quidam
omnibus bonis æmulan-
tium conantur ei detrahe
re, interrogantes nos pro
pter quid nocitus quis ſecundū primum uſum ab
ouinarū carnium eſu, coactus iam ſecundū unam
quanq; diem comedere eas per totum menſem, ni
hil amplius nocebitur, uel inſuetis minus : deinde
quodcunq; utiq; dicamus, euertentes ſermonem,
æſtimant ſimul cum hoc & rei eſſentiā interemiſ-
ſe : quemadmodū ſiquis uniuerſis cōtradicens eis
quæ de modo quo uidemus opinionibus, neq; ui-
dere nos concedet. Quoniam igitur maxima pars
ad ſanationum inuentionē ea quæ ab aſſuetudini-
bus eſt, euidenter apparet: & propter hoc quidem
Hippocrates in aphoriſmo ſcripſit quadrageſimo
nono ſecundę particulæ. Aſſueti aſſuetos labores
ferre, & ſi fuerint imbecilles aut ſenes, inſuetis &
fortibus iuuenib. facilius ferunt. Amplius aūt per
tranſijt in lib. de diæta acutorum ea quæ ex inſue-
ta nocumēta, & ea quæ ex aſſuetiori. Eraſiſtratus
autem eodem modo in ſecundo de paralyſi de om
nib. aſſuetudinibus, ſimiliter Hippocrati uidetur
cognoſcens: & adhuc cum his ueterū medicorum
non eſt qui non cōfeſſam & incōtradicibilem cau
ſam dixiſſe uideatur. Etenim qui cauſam ſuaſibi-
lem uidentur inueniſſe ſecundū materiā, alij unā,
alij aliam inuenerunt. Quidam enim in cibis ſolū,
alij uero in exercitijs uel adinuentionibus, in om-
nibus aūt materijs nullus. Quocirca & de frigida-
tione quam in acutis ægritudinibus facimus, mul
toties contra operantur nobis aliqui, prohibentes
quidem dari febriētibus, iubentes autem nos con
tentos eſſe eis indicationibus, quas à patientibus
particulis, uel locis, & ea quæ in eis diſpoſitione,
ætateq́;, & regione, & hora, adhuc aūt ipſius labo
rantis craſi, & uirtute aſſueuimus ſumere: ridicu-
D loſum eſſe dicentes, ſi phlegminante hepate, uen-
tre, uel aliqua ita præcipuarum particularum con
ceſſerimus, frigidi potatori frigidū afferre potum,
propter nil aliud q; propter aſſuetudinē. Similiter
enim hoc eſſe aiunt huic, ſcilicet cōcedere balnea
r.frigida ita aſſuetos et ſi febriant: tanquā utiq; no
bis omnibus qualitercunq; ægrotantibus aſſueta
agere cōcedentibus: ſed † non cum omnibus alijs † al. nunc
intētionibus, & eam quæ ab aſſuetudine aſſumen
tibus. Ari. deniq; Militinenſis uir primatū tenens
in peripatetica theoria, ęgritudinē incidens à frigi
di potatione iuuari potentem, propter id q nunq;
huiuſmodi attulit potum, prohibuit cōſulentes bi
bere, ſcire aperte aiens, quoniā ſpaſmabit guſtans
frigidū. Etenim in alio hoc dicebat uidiſſe, corpo-
ris habitu in cōplexione ſimili ſibi, & calidi pota-

tionis cõsuetudinem habente. Si uero esset ei con A
suetudo quemadmodũ alijs potationis huiusmo-
di, maxime quidem neq; ipse timeret eius oblatio
nem. Hic uero & hæc passus est. Coegerunt enim
utiq; assistentes medici omnino eum. Ille quidẽ ita
mortuus est ut didici. Interrogantibus uero me ad
uenientibus ei morienti, utrum sicut in alijs usus
fui, his quidem per totam ægritudinẽ, his uero in
aliquo tempore dare frigidũ uerentibus medicis,
ita utiq; ausus fuissem facere et in illo, uel bene con
siderauit sui ipsius cõplexionem homo: Respon-
di eis recte eum considerauisse: ualde enim erat
gracilis: & os uentris frigidissimũ habebat à prin-
cipio ut singultuaret confestim, si quandoq; breui
ter infrigidaretur. Sed quemadmodũ hic nõ utiq; B
sustineret frigidi potũ propter dissuetudinẽ, et cor
poris naturã, & nimirum ęgritudine indicante: ita
alijs dedi ualde audẽs, si casus certus febris fuerit
nullo apparente uiscere phlegminãte. Non ualde
autem audax solũ, sed etiam prædicendo proprijs
laborantis siquidẽ non biberit, mori omnino ho-
minem: si aũt biberit, plurimas spes habere salutis:
ita dedi, et cũ deo dicendo omnes liberati sunt qui
ceperunt. Quocirca diuturna experientia appro-
bato auxilio, ad causę inquisitionẽ eundum est: re
memorantes prius eorum quæ scripserunt Hipp.
quidem in libro de diæta acutorũ: Erasistratus au
tem in libro de paralysi. Igitur Hippocratis qui-
dem series ita habet. At uero bene discibile est us-
que, neque bis coquere cibaria. Deinde infra adij- C
ciens qualiter utiq; quis nocumentũ horum sanet
copulãs, rursus de transgredientibus assuetudinẽ
ita scribit. Adhuc aũt magis utiq; laborabit hic ta-
lis usq;. Si uero quis multo tempore euacuationẽ
uasorum passus repente cœnauerit, adhuc magis
utique grauabitur. Post hoc rursus Hippocrates
quemadmodũ & ante, correctiones quasdam fien
tis nocumenti in eis qui præter consuetudinẽ eua
cuationem uasorũ passi sunt scribẽs, deinceps rur-
sus ita ait. Multa uero fraterna his de uẽtre & alia
dicet usq;, neq; illud posse repẽte alterata. Ab Hip
pocrate quidem igitur sufficiunt quæ usq; huc scri
pta sunt exempla uirtutis assuetudinum: Erasistra
tus aũt in secundo de paralysi ita qualiter scripsit.
Oportet aũt ualde multã cõsiderationẽ facere de D
assuetudine & dissuetudine debentẽ secundũ mo-
dum mederi, usq; si debet in non multis eorũ quæ
secundum medicinã claudicare. Hęc quidem glo
riosissimi medicorũ Erasist. & Hipp. dixerunt de
uirtute assuetudinũ, non rationi intentionem eo-
rum attribuentes, sed ex aperte apparentibus do-
cti. Quemadmodum quippe et alios homines qui
cunq; non sicut sues uel asini uiuunt, sed assequun
tur à quibus iuuantur & nocẽtur, licet audire quo
tidie dicentes assuetos esse circa hunc cibũ & hũc
potum, & propter hoc non posse relinquere eos,
etenim nocentur secundũ transitus. Similiter aũt
& de adinuentionibus aiunt, puta in balneatione,
equitatione, uenatione, cursu, lucta, uigilijs, solari
bus, stationibus, infrigidationibus, solicitudini-
bus, & quibuscunq; alijs huiusmodi. Contemnen
tes igitur & nos eos qui nihil uel ualde parum ęsti
mant ad curationem conferre eam quæ ab assue-
tudinibus intentionem, scrutemur quę est causa ꝙ
multum potest assuetudo, & siue una quędam est,
uel secundum singulam materiã alia. Dico autem
materiam in qua constituta est assuetudo, puta ut
dixi cibos, uel potus, uel exercitia, uel balnea, uel
aliquod aliud tale. Et principiũ ab eis quæ come-
duntur & bibuntur faciamus. Cur igitur eorum
qui bouinarum carnium esu assuete utuntur, qui-
dam quidem non omnino nocentur, quidam au-
tem minus quàm ante? uel propter quid & natura
liter mox, ut ipse Erasistratus scripsit, facilius dige
runt bouinas carnes saxatilibus piscibus? Sed ho
rum causa quidem dicta est secũdum eam quæ de
naturalibus uirtutibus operã. Dicetur autem nũc
& parum post in sermonis cõmunione. Nunc au-
tem ab eis qui propter assuetudinem melius dige-
runt quencũq; cibum, doctrinam faciamus, com-
munem suppositionem facientes ad hęc omnia &
ea quæ naturaliter quibusdã sunt propria, & quæ
non propria. Dictum est quidem deinde amplius
de omnibus his secundũ naturalium uirtutũ † o- † al. considera tionem
peram. Incipiamus autem & nunc sermonem, di-
gestionis intelligentiam proponentes. Quemad-
modum enim panes frumentarij dicuntur coque-
re, non quando molentes & diuidentes in tenues
particulas cõminuerunt frumenta, sed tamẽ quan
C do super hæc hoc madefacientes aqua, & fermen-
to miscentes, deinde cooperientes aliquo fouen-
tium dimiserint, donec utiq;, ut ipsi uocãt, fermen
tetur, & post hæc per clibanum assent: Ita et in eis
quæ in uentre transglutiuntur, non quãdo in eum
transglutita fuerint, digesta esse aimus, sed quan-
do, sicut quæ coquuntur frumenta, secundũ quali
tatem transmutationem habuerint. Quemadmo-
dum autem in panibus in propriam nobis come-
dentibus duci oportet qualitatẽ id quod † come- † al. coquitur
ditur triticũ: Ita in uentre: adhuc & magis in pro-
priorem. nomino autem propriorem alteram alte-
ra, secundum similitudinẽ futuri ex ea nutriti cor-
poris. aliud enim alij corpori nutrimentum pro-
prium est, & propter hoc animalia ad propria ue-
D niunt nutrimenta indocte à natura ducta: subiuga
lia quidem ad herbas, paleam, fœnum, & hordeũ,
leones uero ad carnes, sicut demũ & leopardi &
lupi. Quemadmodũ autem in animalibus secun-
dum genus nõ parua differentia propriorum uni-
cuiq; nutrimentorum est: Ita & secũdum speciem
in generibus inueniuntur differentiæ magnæ: his
quidem neq; gustare potentibus uinum, ꝙ multũ
autem alijs intristanter bibentibus: & his quidem,
ut dictum est, boum & hircorum & arietum car-
nes cum delectatione quidem comedentibus, di-
gerentibus autem intristanter: his uero neque o-
dorem eorum sustinentibus, neque esum. & si pro
pter inopias cibi alius, quemadmodũ in fame fit,
coegerint seipsos assumere huiusmodi carnes, ne-
que digerere potentibus eas sine nocumẽto, euer-
sis ap-

A sis appetitibus in oblatione, grauatisq; cōfestim, & si utiq; eructuatio eis fiat, neq; hanc intristanter tolerantibus. Quoniam autem hæc ita habere uidentur, primum quidem illius oportet memorari, scilicet afferre homines delectabilius alijs alia secūdum familiaritatem naturæ, uenireq; ad horum esum magis, quemadmodū & bene digestibilium esse eis uisorum, auertere autem & fugere ab indelectabilibus ut à disdigestibilibus. Itaq; & signum est tunc assuetudo proprietatis naturalis. Quoniā autem & ut causa fit multoties, manifestum est ex dispositis quidem indelelectabiliter, uel cum nocumento ab aliquibus in principio. Si autem paulatim eam quæ ad ipsa assuetudinem sustineāt, neque indelectabiliter adhuc dispositis, neq; cū no-

B cumento. Causa autē & huiusmodi talis quædam est, quemadmodum alteratur secundum qualitatem comestorū & bibitorum singulū, ita & id disponit aliqualiter id qd' alterat. Inest autē & huiusmodi sumere argumentū ex generatorum humorum differentia ab unoquoque ciborum. Hij quidem enim melancholicum humorem generant: illi uero phlegmaticū, uel choleram, et xantham nominatam choleram non modicam habentē: quemadmodum aliqui purum sanguinē. Diuersitatem igitur & in eis quæ nutriunt particulis, quandam necessarium est fieri adinuicem secundū nutrientis sanguinis speciem. Euidens autem argumentū nutrientium assimilationis ad nutritum plātarum

C est & seminum transmutatio usq; in tantum fiens multoties, ut quæ nociuissima in alia terra replantata, in alia utiq; non innociua solum, sed & proficua fiat. Multa enim est & horum experientia eis qui agriculturalia & de plantis monumenta composuerunt: quemadmodū demum & ipsis qui de animaliū historijs scripserunt, eius quæ secundum regiones fit trāsmutationis. Quoniam igitur non solum alteratur quod nutrit ab eo quod nutritur, sed id aliqualiter alterat breui quadā alteratione: necessarium est breuem hāc digna ratione in tempore fieri, ut inæqualitatē accedat proprietatis naturalis ea quę à diuturnis assuetudinibus. Igitur in eis quidem quæ comeduntur & bibuntur, inuenta mihi esse uidetur causa uirtutis assuetudinum.

D De ea uero quæ extrorsum nobis occurrentium, uideamus deinceps: uidētur enim & ipsa eandem secundum genus habere causam prædictis. Alterationem igitur aliquam operantur secundū corpus: maxime quidem earum quę in superficie particularum: iam autem & earum quæ in profundo post exteriores: impilatur quidem enim, & colligitur, & stringitur, & densatur cutis, primū quidem ab infrigidantibus, deinceps autem & huic proxima: & si utiq; in tempore ampliori eandem alterationem patiatur corpus, & eis quæ in profundo communio transmutationis fit. Et secūdum principia uel per sensum confestim, uel secundum accidens nō primo, quæ ab efficiente causa transmutatio & alteratio nō minus eis quę in profundo incidit. Densata enim cute aceruatur secundum corporis totius profunditatē caliditas. Quemadmodum autem infrigidans causa prædictas alterationes operatur: secundum eandem rationem contrarias earum calefaciens. Etenim & natura habent à contrarijs fieri contraria: hæc quidem primo: illa uero secundum accidens effecta à contrariantibus: quemadmodū demum rursus contraria multoties ab eisdem causis fiunt. Quocirca & in calefacientibus similiter decipi accidit. Calida deniq; causa puta sol, quādo inhæserit alicui corpori diu, contrariam dispositionem ei quæ à principio, operatur circa illud: in principio quidem enim æstuās nos, fundit quidem humores, deprimit autem cutim, & molliorem operatur carnem. Si uero pluribus diebus tempore æstatis in eo conuersatus fuerit quis nudus, arida quidem & dura huic fit cutis, durę uero carnes. Sed in his talibus quidē non solius diuturnæ caliditatis est opus, sed copulatæ ei siccitatis. Et plurimū nos in cogitationibus de causis decipit hoc, spreta ea quæ superplectit causa. Oportet quidem nos considerare alteram quidem esse humidam caliditatem, alteram uero siccam: quod non facimus interdum: & propter hoc fallimur, proprium actum uniuscuiusq; causarum prætermittentes. Si uero quis aduerterit mente, sciet custodientem alterutra. Quemadmodum enim humiditas quidē sine caliditate uel frigiditate notabili humectet corpora caliditate calefaciente: ita & conuentus alterutrorum alterutra apparet efficiens. Igitur quidem secundum dulcium aquarum balnea accidit hæc, secundū uero solis æstuationes sicca causa superplectitur calefacienti. talis enim est æstiualis sol. Itaq; conuenienter quicunque nudi plurimum in eo conuersantur, quemadmodum messores & nautæ, dura & sicca eorum fit cutis, similiter ei quæ solidorum animalium. Quemadmodum igitur naturales corporum proprietates & totius substantiæ, diuersitatesq; cutis secundum duritiem & mollitiem, & densitatem et raritatem, diuersis cibis & potibus indigent, non similiter autem sibi inuicem omnibus disponentur calefactæ & infrigidatæ: Ita quæ propter assuetudinem fiunt naturalibus proximæ, idem illis retinent iuuamentum & nocumentum ex comestorum & bibitorum, infrigidantiumq; & calefacientium alteratione. Rarum quidem enim & molle corpus facile patitur calefactum & infrigidatum: densum autem & durum tolerat quidem & spernit extrorsum ei incidentia omnia, nō solum si calefaciant uel infrigident, sed & si durum quid fuerit & asperum. Quocirca & imas cubationes tolerant hæc: econtrario dispositis non tolerantibus eas. Etenim facile cōprimuntur, & infrigidantur, & omne quodcunq; parate patiuntur. Talis quidem deniq; est & qui de his sermo. Qui uero de exercitijs talis. Quæ exercitantur particulæ corporis, fortiores simul & solidiores fiunt, & secūdum hoc possūt ferre proprios motus, alijs melius quæcunque propter inexercitationem molliores sunt & imbecilliores. Communis autem hic sermo ex

titit & de animæ exercitijs quibus exercitamur. A
Primum à grãmaticis infantes entes, deinde à rhe
toricis didascalis, arithmeticisq́ȝ, & geometricis,
et rationalibus. Entibus enim uirtutibus secundũ
animæ hegemonicon ad uniuersas artes necessa-
rijs, altera quidẽ secundũ quam sequens & repug
nans cognoscimus, altera autem secundum quam
memoramur: sapientiores quidem secundũ prius
dictam, memoratiuiores uero secundum secun-
dam simus: naturam habentibus uniuersis uirtu-
tibus, ab exercitijs augeri & robur accipere, noce
ri uero ab ocio. Quemadmodum & Plato secun-
dum hanc seriem in Timæo significauit ipsis no-
minibus dicens ita. Quemadmodum dixi pluries,
quoniam tres animæ in nobis species habitãt pro
prios singulæ motus habentes, ita etiam & nunc B
ut per breuissima dicendũ, quoniam quæ quidem
earum in ocio est degens, & suijpsius motum in
quietem ducẽs, imbecillissima necessario fit. Eam
uero quæ & exercitijs est robustior, custodiẽdum
quatinus utiqȝ habeat motus adinuicem commen
suratos. Hæc prædicens deinceps ait. Hoc autem
deniqȝ de principalissima eius quæ apud nos ani-
mæ specie intelligere oportet hic, ut utiqȝ eam dæ-
monem, id est angelicam intelligentiam deus cui-
que dedit: hanc denique aimus habitare quod no
strum in summo corporis, ut ad eam quæ in cœlo
cognationem à terra nos eleuet, et tanquam entes
nos plantam non terrenam, sed cœlestem rectissi-
me dicentes: illinc enim unde est prima animæ ge
neratio, processit diuinum, et caput & radicem no C
stram extollens erexit uniuersum corpus. Ei qui-
dem igitur qui circa uoluptates, uel circa lites cõ-
uersatur, & his intendenti, fallacia omnia dog-
mata necesse est & mortalia fieri, & omnifariam,
inquãtum maxime possibile mortali fieri huic, ne-
que minimum dicere utpote tantum aucto. Ei ue
ro qui circa mentes dilectionis disciplinæ studet,
& maxime eorum quæ sui ipsius exercitatur, sape
re quidem immortalia & diuina, siquidem ueritati
adhæret, necesse omni inquãtum contingit parti-
cipare humanam naturam immortalitatẽ nullam
partem deficere, utpote aut semper famulãtem di-
uino habentem, aut ipsum semper perornatũ dæ-
monem cohabitantẽ sibi præferentem dæmonem
esse. Administratio uero omĩs omni una proprios D
unicuiqȝ cibos & motus reddens. In his sermoni-
bus Plato de tribus speciebus animæ docuit nos
nõ solum ad philosophiam utile, sed & ad corpo-
ris sanitatem, secutus Hippocratem secundũ hoc
uniuersaliter quidem dicentem. Vsus potentat, o-
cium liquefacit: secundũ speciem autem de exer-
citijs, dicendo tex. ult. iiij. Epide. Labores cibos
præcedant: de eis uero quæ secundum partem om
nibus speciebus quando ait. Labores, cibi, potus,
uenerea, omnia mensurata. Quocirca & hic opor
tet attendere mente ad ea quæ dicuntur: habent e-
nim quandam obauditionem, similiter alijs sermo
nibus omnibus siquis negligenter audiat, quem-
admodum quidam: exercitari enim unumquen-

A que eorum qui sunt, exposcimus, nõ utiqȝ sine ter
minis & mensuris cõgruis, amplius intendentem
exercitia ut dissoluatur uirtus. Ita autem & cibis
& potibus & uigilijs & uenereis in congrua men
sura uti, neqȝ minuentem quidem, neqȝ addentem.
Superexcellentiæ enim dissoluunt uirtutes: defe-
ctus uero in unoquoqȝ prohibent tantum à perfe-
cta utilitate, quantum ipsi à commensuratione de-
ficiunt. Enunciatũ est autem hoc & ab Hippocra-
te, in uno exemplo ubi ait, aphorismo quadragesi
mooctauo secundæ particulæ, In exercitijs omni-
bus quando inceperint laborare, mox quiescere il
laboriosum. Et aliqualiter sermo iam secũdum fa-
miliaritatẽ rerũ docuit, quid et de animæ assuetu-
dinibus in memorijs, et cogitationibus, & quęstio
B nibus rationalibus, quarum & ipse Erasistratus
meminit in sermone de assuetudinibus non adij-
ciens causam: & nimirum non solum Hippocra-
te, sed & Platone dicente eam. Hæc nanqȝ scilicet
in familiaribus & commensuratis exercitijs singu
la uirtutum agente robur eis efficit. Hæ quidem
sunt differentiæ assuetudinũ, secundum uirtutem
materierũ in quibus consistunt, & à quibus fiunt.
Cum autem ab Erasistrato & de euacuationibus
quæsitum sit, quid fiendum sit de corpore dicen-
te: Cum assueti fuerint quidã in eis, & de his scru-
tandum. Scimus enim quosdã ex naribus fluxum
sanguinis patientes, uel secũdum periodos æqua-
les temporum uel inordinate, uel hæmorrhoidas,
uel uomitibus, uel diarrhœis, uel choleris captos:
C quosdam autem sponte effundentes uel per phle-
botomiam, uel per apertionem earum quę in sphy
ris, uel per palatum, quemadmodũ demum & per
purgantia pharmaca uomitiua & subductiua, de
quibus etiam ipsis scrutari oportet. Mihi autem
non uidetur corpora propter consuetudinem in-
digere huiusmodi euacuationibus. Sed propter
quam causam indiguerunt † huiusmodi euacua- † al. prima
tione uel natura operante eam, uel aliquo homine
secundum æstimationem medicinalem, ita rursus
& pluries indigere ipsa in † eadem. Quidam enim † al. eisdem
in prauis diætationibus, quidam aũt propter præ-
parationem prauam corporis aceruantes sangui-
nis multitudinem, uel cacochymiam, à prædictis
euacuationibus iuuantur: natura uel aliquo medi
D co quod superfluum effundente antequam ægro-
tet homo. Quibusdam autem ægrotantibus, cri-
si in huiusmodi excretionibus ægritudinis sana-
tio facta est. Quidam autem à medicis curati sunt
similibus auxilijs usi, deinde post capti simili ægri
tudine, curatiqȝ per eadem, si utique aliquando
rursus eis uel totius corporis grauitas, uel capitis
solius inæqualitas aliqua, uel & quid eorum quæ
præter naturam aliud super appareat, communi-
cantes medicis propter ipsam dubitare aiunt capi
eisdem ægritudinibus quibus ante capti fuerunt,
præcedentibus similibus symptomatibus: dein-
de anticipantes uel per purgationem aliquam, uel
per sanguinis ablationem effugere expectatam æ-
gritudinem, paratius ad idem accedũt auxilium,
cum

cum senserint aliquod simile symptoma post aliquando incidens eis. Quidam autem & antequã sentiãt, terminum præuidẽtes temporis secũdum quod indeterminata periodo taliũ passi sunt quid, euacuari anticipant: nominãtq; præseruatiuã euacuatione in assuetudine factã eis: nec ullam altera tionẽ † corporis ex huiusmodi euacuationibus accipientes, qualẽ monstrati sunt accipere in antedictis: sed ab eadem causa eadem patientes. Si igitur mutauerint diætam, paucioribus cibis utentes, addentes autem exercitijs: inægrotabiles perdurant ex assuetudinum alteratione † iuuati, non quemadmodum dicti prius nociti. Non enim assuetudinis ratione per euacuationes contingebat iuuari eos, sed in praua diæta cacochymiã & multitudinẽ aceruantes.

† al. subaliatio nem

† al. subaliatio nem

CL. GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER PRIMVS

THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

A Vm una sit ars quæ corpori hominis tuendo dicata sit, ut alibi à nobis ostensum est: eius primæ ac maximæ partes sunt duæ: quarum alteram sanitatis tuendæ, alteram morbi profligandi facultatem appelles. Earũ cõtraria inter se officia sunt. Siquidem illi tueri, huic immutare statum corporis est propositum. Quoniam autem & dignitate & tempore sanitas morbum præcedit: utique & nobis quemadmodum hæc seruanda sit, prius tractare cõueniet: post autem, quo pacto cõmodissime morbus sit abigendus. Vtriusq; facultatis inueniẽdæ communis ratio est, ut, quidnam ea corporis affectio sit quæ sanitas dicitur, liquido constet: quandoquidem nec præsentem seruare, nec amissam restituere, si eam penitus ignores, licet. Scripsimus de hoc alibi, ostendimusq; similarium quas uocant partium sanitatem, calidi, frigidi, humidi, & sicci symmetriã, id est conuenientiam inter se quandam esse: instrumentalium uero, ex similarium ipsarum cõpositione, numero, magnitudine figuraq; constare. Quare quisquis hæc commode tueri possit, is optimus sanitatis custos fuerit. Tuebitur hæc qui modos omnes quibus uitiãtur, compertos prius habuerit. Sicuti enim, si impatibile nobis, nec ulli affectioni obnoxium corpus esset, nullam desideraret artem quæ eius tutelæ præesset: ita nunc, cũ numerosissimis affectibus expositũ sit, certam sibi deposcit artem, quæ & omnia eius incommoda perspicere, & ipsum ab ijs tueri possit. Sane quæ corpus nostrum lædunt, corrumpuntq;, ea sunt genere duplicia. Altera nobiscũ congenita, & quæ uitare nequeas, quæq; ex ipsis generationis principijs ueluti radice oriuntur. Altera, quæ & declinare possis, & orta à nobis non sunt: quæ tamen non minus quàm illa corpus nostrum conficiunt: quorum utraque iam seorsum distingue-mus. Sanguis, semenq; genitale, generationis nostræ primordia sunt: ille, ceu materies quædam apta, cõcinnaq;, & opifici ad quiduis sequax: hoc, opificis rationem obtinens. Constat horũ utrunque ex ijsdem genere elementis, humido, sicco, calido, & frigido: aut, si mauis ab essentia sumptis nominibus, quàm à qualitate nominasse, aqua, terra, igni & aere. Sic enim demonstratum nobis est in eo libro quem de Elementis ex Hippocratis sentẽtia scripsimus. Dissident hæc inter se ipsa tẽperamenti mensura. Siquidẽ in semine plus est igneæ substantiæ, atq; aereæ: in sanguine, aqueæ, terreæq;: quanq; prepolleat in hoc quoq; & calidũ frigido, & humidum sicco. Eoq; fit ut non siccus, sicut ossa, pilusue, sed humidus merito dicatur. At B semen sanguine siccius quidem est: cæterũ ipsum quoq; humidũ fluxileq; est. Atq; ita nobis utrinq; ex humida substantia geniture origo proficiscitur. Hanc tamen humidam seruari non erat, si modo ex ea nerui, arteriæ, uenæ, ossa, chartilagines, mẽbranulæ, & alia id genus fieri deberent. Ergo statim in generationis initio cõiectum copiosius oportuit elementũ id quod siccandi uim haberet. Est uero id natura quidẽ maxime ignis, sed tamẽ & terra. Est enim ea quoq; res sicca. Verũ huius plus immisceri principijs nõ erat, si modo hęc humida erant futura. Ignis certe, quo minus plus sit admistum, nec obstat quicq;: & sane admistũ est C tanto plane plus in utroq; principio, quãtum nec iam torreat, urãtue, & tamen abũde siccet. Quippe etiam tantus calor adhibitus agilitatem præstare ad motiones sat erat. Ab hoc igitur primũ cogitur, paulumq; concrescit quod in utero conceptũ est: mox siccius redditum, ueluti lineamenta quędam & rudimenta cuiusq; membri obtinet. Vlterius uero etiam siccescens, nõ lineamenta rudimẽtaue modo, sed etiam exactam uniuscuiusq; speciem ostendit. Iam uero in lucẽ editũ & magnitudine proficit, & tũ siccius tũ ualentius semper efficitur: donec ad summũ incremẽtum (ἀκμὴν Græci uocãt) sit peruentum. Tum uero & incremen-

tum omne ſiſtitur, oſſibus nimirũ ipſis per ſiccita
tẽ non ultra ſequacibus, & ſanguinis ſpiritusq; ua
ſa, ſpiritus ipſius flatu in latũ aguntur: cuncta de-
niq; mẽbra nõ ſolum robuſta fiunt, ſed etiã uires
ſuas ſummas obtinẽt. In eo uero quod ſequitᷓ tem
pore, omnibus iam partibus ſupra iuſtũ ſicceſcen
tibus, non ſolum cuiusq; officiũ minus probe ad-
miniſtratᷓ, ſed etiam corpus ipſum macilẽtius gra-
ciliusq; q̃ ante, redditur. Ergo ultra ſiccatũ, non
macilentius modo, uerũetiam rugoſum efficitur.
Artus quoq; ipſi inualidi, atq; ad motus ſuos in-
certi inconſtantesq; probantur. Affectio hæc [in
animalibus] ſeniũ appellatur, ei quæ in ſtirpibus
ἄυανσις Græce dicitur, proportione reſpondens.
Eſt enim & illa ſtirpis ſeniũ, ſiccitatis exceſſu pro
ueniens. Vna igitur hæc eſt omni genito corpori
corruptelæ interitusq; connata neceſſitas. Altera
eſt quæ etiam in animalibus præcipue cernitur,
totius ſubſtantiæ fluor, quẽ inſitus calor excitat.
Hæc itaq; incommoda nullũ quod genitũ ſit cor-
pus effugere poteſt: reliqua quæ hæc ſequuntur,
prouidentia conſilioq; certe poteſt. Porrò his quo
que nõ aliunde origo eſt, q̃ ex ipſis iam dictis in-
cõmodis corrigendis, atq; ſarciendis. Nam cũ to
ta moles animaliũ in perpetuo fluore ſit: ni ſimilis
altera ſubſtantia pro ea quæ defluxit, reſtituta ſit,
euaporabitᷓ certe atq; diſſipabitur uniuerſa. Quo
factum arbitror, ut natura nõ animalibus modo,
uerũetiam ſtirpibus inſitas quaſdã uires deficien-
tis ac deſiderati ſemper appetẽtes, ab initio ſtatim
dederit. Non em̃ ueſci, bibere, aut reſpirare, à quo
quã uſquam diſcimus, ſed ſtatim à principio facul
tates in nobis habemus quæ hæc omnia citra do-
centem perficiant. Cibo igitur, quicquid ſiccioris
ſubſtãtiæ effluxit, reſtituimus: potione, quicquid
humidioris: atq; ad priſtinã ita ſymmetriã ambo
reducimus. Ita uero & aereæ igneæq; ſubſtantiæ
modum reſpiratu, arteriarumq; pulſu tuemur. De
quibus omnibus etiam ſingulatim dictũ nobis in
alijs uoluminibus eſt: nec à præſenti diſputatione
alienum cenſemus, ut quæ ibi demonſtrata ſunt,
ad ſanitatis tuendę artẽ hypotheſeos loco poſitis,
ſic quæ deinceps ſunt, aggrediamur. Cum enim
quotidie propter inſitum ipſis calorẽ, cunctis ani-
malibus nonnulla ſubſtãtiæ portio defluit, nec eſt
aliter huius iuſtum ſeruaſſe modum, q̃ cibi, po-
tionis, reſpiratiõis, & arteriarũ motus ope, neceſ-
ſe eſt ex ijs contrahi excrementorum prouẽtum.
Nam ſi quale erat ipſum quod effluxit, tale pror-
ſus adiungere agglutinareq; ei per totum liceret:
optimũ id, ſaluberrimũq; plane eſſet. Verum ubi
qd' ſingulis particulis defluit, tale natura eſt, qua-
lis ipſa eſt particula, nihil autem eorum quæ edun
tur bibunturue, eiuſmodi prorſus eſt: neceſſariũ
naturæ fuit prius ea mutare, & concoquere, & q̃
fieri maxime potuit, efficere corpori alendo reſti-
tuendoq; ſimilia. In quo opere ſiquid nec confe-
ctum, nec prorſus adſimilatum eſt, id corpori nec
adnaſcitur accreſcitue, & per ipſius laxiora intus
ſpatia tanq; ſuperuacaneum errat: unde nomen

A quoq; recte à maioribus ei rei περίττωμα Græce
eſt inditum. Cum igitur eſſe, bibereq;, neceſſaria
animantibus ſint, has autẽ res ſubſequitur excre-
mentorum generatio: natura non ſolum ipſis ex-
cernendis excludendisq; inſtrumẽta inſtituit, ue-
rumetiã inſtrumentis ipſis facultates inſeruit, qui
bus incitata, quædã ad ſe trahũt, quædã alijs tranſ-
mittunt, quędã excremẽta expellunt. Porrò hæc,
quò corpus ſemper mundum, atq; excrementis
uacuum ſeruetur, nec obſtrui aliquatenus, nec ad
proprias functiones imbecilla eſſe oportet. Atq;
ita geminum iam ſcopũ ſalubris uictus ſermo no-
ſter expoſuit: alterum, eius quod exhauſtum eſt,
reficiendi: alterum, excrementa expellendi. Ter-
tius nanq; qui huc ſpectat, ne animal præpopere
B ſeneſcat, duos iam dictos neceſſario comitatur. Si
enim in neutro ſit erratum, nec quod exhauſtum
eſt reſtituendo, nec excrementis expellendis, &
ſanitate interim corpus fruetur, & uigoris teno-
rem quàm longiſſime ſeruabit. Verum de hoc po
ſtea procedente ſermone dicetur. Nunc quod re-
liquum eſt eorũ quæ ab initio diſſerere propoſui-
mus, adijciam, quò ſanitatis tuendę ſcopos quot,
qualesq; ſint, clarius diſtinguam. Illud (arbitror)
iam diximus: Si corpus noſtrum impatibile, om-
nisque affectionis expers eſſet, ſicut adamas, aut
quiduis id genus, minime artem ullam requireret
quæ ei tuẽdo præſideret. Sed quoniam duplices
corruptionis cauſas, alteras internas & à ſe, alte-
ras extrinſecus incidentes habet: neceſſe eſt curã
C prouidentiamq; non paruã deſideret. Et ex ſe qui-
dem duplici ratione cõſumi corpus indicauimus:
una, quòd uel ætatis curſu, uel aſſiduo ſubſtantiæ
fluore ad interitum tendat: altera, quæ utiq; eſum
potionemq; conſequitur, ipſo excrementorũ pro
uentu. Atq; ex ſe quidem ita corrumpitur. Eorũ
uero quæ extrinſecus incidũt, unũ certe eſt quod
ſeparari ab eo non poteſt, quodq; illi perpetuo, &
(ut ita dicam) ueluti connatum adhæret, aer ipſe
ambiens. Alia nec neceſſario & incertis tempori-
bus nobis accedunt. Ille (nẽpe qui circunfunditur
aer) nos lædit uel quòd calidos immodice, uel ꝙ
frigidos, uel quòd ſiccos, uel ꝙ humidos efficit.
Hæc, ꝙ cõtundunt, quòd diuellunt, ꝙ uulnerãt,
uel quòd articulum aliquẽ loco mouent. Oritur
D hoc loco logica quædam diſputatio, quæ in utran
que partẽ rationes habet, alijs horũ omnium cu-
rã ad ſanitatis tuendę artẽ pertinere affirmãtibus,
alijs eorum tantum quæ calfaciant, refrigerẽt, hu
mectent, aut ſiccent. non em̃ ſiquid colliſu, uulne
re, aut ſimili quopiam affectu à naturali habitu ſit
emotũ: id ſtatim aut noſſe, aut declinaſſe, ullius eſ-
ſe artis munus. Ego uero de ꝓblematis id genus
agendũ mihi nõ ſtatui: ſed quod utraq; pars ultro
cõcedit, eo accepto, ad propoſitũ reuertar. Illud
ergo cõfeſſum utriq; arbitror, quę uulnere, uel illi
ſu, uel ſimili aliqua ratiõe lædũt aut corrũpũt, om-
nibus eſſe nota. quæ calfaciẽdo uel refrigerando,
uel madefaciẽdo, uel ſiccãdo, nõ omnibus. Ergo
ne nos quidẽ quicq; ab officio alienum feciſſe ui-
debimur

debimur, si, quæ omĩbus nota sunt, prætermissis, A
ad ea quę parũ nota sunt, potius uertamur: quãdo
minime propositũ est, hoc saltẽ opere, sophisticos
cauillos diluere, sed potius quo pacto quis in ua-
letudinẽ minime incidat, docere. Rursus igitur ad
propriũ initium sermonem reuocemus, ac diligẽ-
tius adhuc quæ pro hypothesi sunt habenda, com
memoremus. Primũ ergo ad præsentiũ cõtempla
tionem pro hypothesi præsumptum esto, sanita-
tem non esse absolute elementorũ ex quibus con
stamus, aut mediũ tẽperamentũ (quam eucrasian
uocant) aut debitã conuenientiam, (quã symme-
trian appellant) quẽadmodũ omĩbus fere qui an-
te nos scripserunt, uisum est: sed eã duntaxat quæ
similariũ est partiũ, ut alibi demõstrauimus. Secũ
do loco illud quoq; quod alibi nõ minus demon- B
strauimus, præsumptũ pro hypothesi esto, nempe
instrumentaliũ sanitatẽ in figura, numero, magni
tudine, ac cõpositione similariũ cõsistere. Tertio,
functionibus secundũ naturã obeundis, sanitatis
habitũ discerni. Postremo sanitatẽ quandã opti-
mam esse, & (ut sic dicam) consummatã atq; sum-
mam: quandam ceu deficientem ab hac, nec pla-
ne absolutã perfectámue: atq; hanc etiam latitudi
nẽ habere non paruam: hæc quoq; pro hypothesi
hoc loco sint: quæ alibi nobis certissimis rationi-
bus iã firmata, nũc quoq; nihilo secius sunt demõ
stranda. Maxime uero uelim, qui his studere uo-
luerit, eũ librum legat in quo illud inuestigamus,
cuius deniq; artis pars sit ea quæ sanitatis tuendę
curã profitet̃. is liber inscriptus Thrasybulus est. C
præterea eum quẽ de optimo corporis nostri sta-
tu scripsimus. item quẽ de euexia, id est bono cor
poris habitu. Sunt hi breues ambo libelli: quos si
perlegerit qui ad hæc accedet, facillime conseque
tur quæ mox dicẽtur. Dictum iam alibi nobis est
etiã eum librum qui de elemẽtis secundum Hip-
pocratem inscriptus est, necessariũ ad præsentem
disputationem esse. Quod opus sequuntur, tũ id
quod de optima corporis cõstitutione, tum id qđ
de euexia cõscripsimus. Ab his hypothesibus ue
luti fundamentis operis iactis, hinc alicunde sani
tatis tuendæ tractatio incipiẽda erit. Cum sanitas
symmetria quędã sit, symmetria omnis duplici ra
tiõe nõ solũ perficit̃, sed etiã dicit̃: aliàs q̃ ad sum-
mũ peruenit, et uere prorsusq; symmetria est: aliàs D
quæ ab huius absolutione perfectioneq; paulũ de
ficit: Vtiq; & sanitatis symmetria duplex quædã
fuerit: hæc quidẽ exacta, optima, absoluta, & sum
ma: illa paulo ab hac deficiens, nõ tamẽ eatenus,
ut animali sit grauis. Existit & hoc loco logica
potius q̃ ex usu artis dubitatio quædam, neganti
bus quibusdam alium alio magis esse sanum, aut
esse eius affectus quam sanitatẽ dicimus, notabi-
lem ullam latitudinem, sed unicam esse eam affir-
mantibus, & quæ ad unguem sit exacta, nec maio
ris minorisq; ratione diuidua. Mihi uero sicuti al
bum corpus aliud magis, aliud minus album cer-
nitur: ita & quod sanum dicimus, magis minusq;
tale esse uidetur. Cuius rei duplex demonstratio

A est: Vna quæ ex ea mutatione accipitur quæ per
ætatum uices cernitur. Postea nanq; q̃ editum a-
nimal in lucem est, perpetuo mutari eius tempera
mentum (ut ante proposuimus) est necesse. Qua-
re si in tẽperamenti qualitate sanitas cõstituitur,
qualitas autem ipsa nõ permanet eadẽ, nec ipsam
sanitatem eandem seruari est possibile. Altera nõ
minus euidens demõstratio ab ipsa sumitur actio-
nis differẽtia. siquidẽ nec qui sani sunt omnes ocu
lis, æque cernunt, sed alij perspicacius, alij obtu-
sius: nec auribus pari modo audiunt: immo hic
quoq; magna est in excessu defectuq; diuersitas.
sed nec pedibus similiter currũt: nec manibus ap-
prehendunt: nec reliquorũ deniq; membrorũ mu
nia similiter obeunt: sed hic probius, ille deterius.
B Si itaq; actionũ diuersitas pro temperamenti mo-
do respõdet, cogit plane ratio ut totidem sint tem
peramentorum diuersitates, quot sunt functionũ
differentiæ. Quòd siquis κατασκευῶν, id est con-
stitutionũ uel statuũ potius q̃ temperamentorũ
dicẽdum putat, quo utiq; in omnem sectam ratio
quadret, ita nimirũ colligat licet. Sanitas omni se
ctæ symmetria quædam est. Nobis, calidi, frigidi,
humidi, sicci. Alijs, corpusculorum, & meatuum
quos ὄγκους καὶ πόρους Græce uocant. Alijs, insecti
lium, uel incõpactilium, uel partium dissimilariũ,
similiariúmue, uel deniq; primorum elementorũ
cuiuscunq;. sed secundum cuiusq; sectę opinionẽ,
pro ipsorum modo, membrorum nostrorũ actio-
nes reddimus. Si itaq; uaria eduntur opera, utiq;
C uaria est & elementorum in singulis symmetria:
quam esse sanitatem supra proposuimus. Quin &
citra omnem elementi mentionem hoc pacto col
ligas licet. Si membrorũ constitutioni functiones
suæ respõdent: quotquot harum uarietates dabũ-
tur, totidem nimirũ & cõstitutiones erunt. Atqui
respondent constitutionibus opera. erũt ergo ne-
cesse est tot cõstitutionũ discrimina, quot sunt fun
ctionũ differentiæ. sunt uero hæ numerosæ. quare
erunt & cõstitutiones [æque multę.] Si ergo om-
nium qui sani sunt, membrorũ constitutio in sym
metria cõsistit, cõstitutiões autẽ ipsæ uariæ sunt,
quandoquidẽ functiones sunt uariæ: utiq; multæ
uariæq; ipsarũ constitutionum symmetriæ erunt.
Quare etiã sanitates multę uariæq;, nõ ipsa cõmu
D ni omniũ forma, unde dictæ sanitates sunt, sed ma
ioris minorisq; ratione inter se dissidentes. Sicuti
enim niuis candor, ab eo qui in lacte uisitur, qua-
tenus candor est, nõ dissidet, maioris minorisq; ra
tione dissidet: ita & Achillis uerbi gratia sanitas,
ab ipsa quæ in Thersite est, quatenus sanitas, nõ
differt, sed est cũ ipsa eadẽ: altero quopiã ab ea dif-
fert. Id uero alterũ, aliud plane nihil est q̃ maioris
minorisq; ratio. Neque enim est quod quisquam
dicat non edi ab omĩbus hominibus uarias actio-
nes, neq; aliunde dissimilitudinem hanc nasci, q̃
ex ipsa cõstitutione unde actio proficiscit̃. Quòd
siquis eos duntaxat sanos esse cõtendat, quorum
singula mẽbra functiones suas obeunt absolutissi-
me: cæteros qui minus probe sint affecti, non esse
sanos

ſanos: ſciat is ſe uniuerſæ tractationis quæ de ſani-
tate tuẽda inſtituitur, fundamentũ ſubuertere. Si
enim huic propoſitũ eſt ſeruare tueriq́ eam quã
ab initio accepit ſanitatẽ: nemo autem noſtrũ ſa-
nus eſt: luce clarius fit inutilem irritamq́ fore quã
nunc de ſanitate tuẽda artem inſtituimus. Itaque
nec quærenda nobis talis ulla eſt, ſed plane ſilen-
tio prætereunda, ſermoq́ iamiam finiendus. Om-
nes ergo eiuſmodi difficultates ſummouet ipſius
ueritatis cognitio. Non enim abſoluta ipſa tantũ,
quæ inſectilis eſt, ſimul eſt & dicitur ſanitas, uerũ
etiam quæ ab hac deficit, modo tamen uſibus no-
ſtris adhuc nõ ſit inepta. Quippe ſanitatem omẽs
requirimus, tum ad uitæ functiones, quas planè
morbi impediunt, atq́ auferunt: tum uero ut mo-
leſtia careamus. Angimur enim doloribus nõ le-
uiter. Eam uero corporis cõſtitutionẽ in qua nec
doloribus cruciamur, nec in uitæ actionibus im-
pedimur, ſanitatẽ appellamus. Quã ſi quis alio no
mine appellare malit, nihilo plus ex ea re conſe-
quetur: ſicut nec qui ἀειπάθειαν, id eſt perpetuam
inualetudinem inuehunt. Quippe ſi hanc propte-
rea inueherẽt, q omne genitum corpus, ſicuti ge
nituræ, ſic etiã interitus cauſas ab initio ſecum na
tas habet, ſicuti à nobis antea demonſtratũ eſt: uti
que laudati à nobis eſſent tãquam & uera & anti
qua dogmata profeſſi. Nunc, cũ ſanorũ ægrotan-
tiumq́ corporũ conſtitutiones eaſdem eſſe ſpecie
decernũt: nec autores laudo, nec placitũ probo:
cum longe melius exiſtimẽ, ſatis amplam latitudi
nem ſanitati tribuere, q̃ omẽs homines perpetuo
urgentibus morbis premi. Qui & ſi eſſe in nobis
omnium morborũ ſemina dicant, tamen fatentur
ipſi ea tam eſſe parua, ut ſenſum noſtrum omnino
effugiant. Eſto igitur (ſi uelint) doloris quiſpiam
in nobis affectus, uerũ tã exiguus, inſenſibiliſq́,
ut minime officiat. Sunto, ſi libet, & febres, ſed a-
deo leues, ut neq́ ſenſum ſui ullũ afferant, liceatq́
per eas & negocijs publicis priuatiſq́ perſungi,
& balneo uti, eſſeq́ et bibere, ac reliqua quę opus
ſunt peragere. Quippe facultas ad neceſſarios u-
ſus minime impedita, ſanitatẽ potius determinat.
Non enim functionũ imbecillitas, morbi ſtatim
nota eſt, abſolute ita citraq́ exceptionẽ loquẽti, ni
ſi adiectũ ſit, quę præter naturam cuiuſq́ ſit. Siqui
dem omnes (arbitror) & cernimus male ſi cũ aqui
lis & lynce comparemur: & confuſe oblæſeq́ au-
dimus ſi cum Melampode, & pedibus parum ua-
lemus ſi cum Iphiclo, & manibus ſi cum Milone
conferamur. Quouis deniq́ membro propè muti
li uideamur, ſi cũ ijs qui hoc ipſo maxime ualent,
comparemur. Quis igitur noſtrum ſe non probe
oculatum exiſtimet ſi formicas duum ſtadiorũ in-
teruallo non cernat? Aut quis auritũ ſe parum re-
cte putet ſi quod ſexaginta ſtadijs abeſt, nõ exau-
diat? At ſi quis literas hac pagella deſcriptas recte
non cernat, is iam oculos merito accuſet: non ta-
men ſi quatuor has ipſas cubitis abiũctas nõ per-
uideat: niſi forte ea prius oculorum acie fuit, qua
uel has cerneret. Sic enĩ (arbitror) accuſet, dicatq́

A merito, quod omnibus hominibus dici aſſolet, nẽ
pe hoc prius feciſſe, nunc idem facere non poſſe.
hunc enim morbo aliquo teneri dicemus, ſiquidẽ
ſenectutis uitio imbecillitas ea non incidit. quam-
uis ſunt qui ſenectutẽ quoq́ ipſam morbum eſſe
uelint. Cæteros quibus natura non dedit ut acute
uideant aut audiant, aut celeriter currant, aut alia
id genus ualide ſtrenueq́ obeant, neq́ morbo te-
neri, neq́ in totum præter naturam ſe habere cen
ſebimus. Omnis ſiquidem morbus præter natu-
ram eſt. hi ſe præter naturam planè non habent, ſi
cuti nec ſenes. Non igitur abſolute citraq́ exce-
ptionem ſanos ægroſq́ functionum firmitate in-
firmitateq́ iudicandum: ſed ſanis uerba illa, ſecun
dum naturam: ægris illa, præter naturam, adijci
B oportebit: ut ſit nimirum ſanitas, affectio natura-
lis actionem perficiens. contra, morbus, affectio
præter naturam actionem impediens. Neq́ enim
ſi affectus ſecundum naturam ſe habeat, cõtinuo
etiam ſanitas exiſtit. Eſt enim affectus ſecundum
naturam tum Aegyptiorum nigritia, tum Gallo
rum candor, tum Scytharum rufus color: quorũ
tamen nullum eſt ſanitas, cum ea omnino in colo
re non conſiſtat. Neq́ ſi præter naturã ſe habeat,
protinus morbus eſt: quando ita uel ex ſole nigri-
tia, uel diutina umbratili conſuetudine cõtractus
cãdor, morbus ſit. Sed adieciſſe oportet ſanitatis
notioni, quòd cauſæ rationem ad aliquod opus
edendũ obtineat: morbi uero notioni, quòd actio
ni incõmodet. Verum de his alibi dictum à nobis
C locupletius eſt. Ad præſentem diſputationem il-
lud ſolum ſumpſiſſe ſufficiat, permagnam ſanita-
tis latitudinem eſſe, nec eam in omnibus nobis
æqualiter prorſus ineſſe. Quòd ſi cui uiolentum
appareat εὐκρασίας, id eſt medij tẽperamenti no
mine cenſeri quod medio ad unguẽ temperamen
to nõ ſit: is, quæſo, reliquorum in uita nominum
uſum ad memoriam reuocet: ubi & potionem &
balneum εὔκρατον, hoc eſt, tẽperatum dicimus
non ſolum cum alterum huic, alterum illi tale eſt,
ſed etiam cum ad eundem hominem in latitudine
tale eſt. Nam ſi auerſo paululum qui biberit, inie-
cerit quis in calicẽ calidæ frigidæ ue exiguũ, nul-
lam mediocris tẽperamenti mutationẽ deprehen
det. Atqui ſiquod tẽperatum eſt, ita exigis ad un-
D guẽ, ut omino indiuiſibile inſectileq́ ſit: haudqua-
quã iniecto uel calidæ uel gelidæ minimo, tẽpera
tũ eſſe uidebitur. Ad eundẽ modũ, neq́ ſiquis in-
natationẽ temperatã, frigidę puſillũ iniecerit, uti
litatẽ eius protinus corruperit. Quin ambientem
quoq́ nos aerem temperatum dicimus etiam ſi in
alterutram partẽ paululum ſit propenſus. Deniq́
quid miri ſi eucraſian in ſatis amplam latitudinẽ
extendunt uniuerſi: quando & in lyris conſonan
tiam ipſam quæ ſumma exactiſſimaq́ ſit, unicam
atq́ inſectilem eſſe probabile ſit: quæ in uſus ho-
minũ ueniat, certe latitudinẽ habeat? Sæpe nãq́
quam percommode temperaſſe uidearis, alter ſu-
perueniẽs muſicus exacte temperauit. Siquidem
nobis ad omnia uitæ munia ſenſus ubique iudex
eſt, Quare

est. Quare ipso etiã eucrasiam dyscrasianq; iudica A
bimus. Pari modo actiõis uitiũ cuiusq; præter na
turã suã male habentis mẽbri, non ante morbum
decernemus, q̃ ad sensibilem magnitudinẽ perue
nerit. Nec quicq; ut ad rẽ propositã ne hic quidẽ
referat, ipsámne læsam actionẽ, an affectũ cuius
uitio lędit, morbũ dixeris: sicuti nec siue quis affe
ctionem, siue constitutionem appellasse malit. Di
ctum à nobis alibi & de his est, & simul euidenti
bus rationibus confirmatũ, tum morbũ, tum sani
tatẽ in corporis affectione cõstitutioneq; consiste
re, minime in actione, actionisue læsione. Cæterũ
ex horũ morosa perpẽsione discussioneq; parum
uel ad ualetudinem tuendam, uel ad morbũ sum
mouendũ iuuamur: cum illud modo nouisse satis
sit, corporis constitutionẽ quæ causæ rationẽ re B
spectu actiõis obtinet, utriusq; facultatis scopum
esse, & eius quæ sanitatẽ tuendã, & eius quæ mor
bum profligandum profitetur: quippe cũ hanc &
præsentẽ seruare, & amissam restituere propositũ
nobis sit. actiones uero constitutionẽ corporis ne
cessario sequuntur: eam quæ proba est, inculpatæ
probęq;: quæ cõtra est, culpabiles ac uitiosę. Qua
re quoniã id quod ope nostra seruat̃ restituiturq;,
affectio quędam corporis cõstitutioq; est, eam ue
ro ex necessitate functionũ sequitur [bonitas:] ad
pręsentem certe disputationẽ parum attineat, fun
ctionúmne, an cõstitutionũ in genere morbus sa
nitasq; collocãda sit, inquiras. id potius attinet, ut
illud pro hypothesi sumentes, qđ in naturali cor
poris nostri cõstitutiõe illa seruãda maxime sunt, C
quorũ beneficio functiones obeamus: ac illud me
moria repetẽtes, ꝙ similariũ quidem partiũ eucra
sia, [instrumẽtaliũ] forma, positura, numerus, &
magnitudo, functionũ sunt causæ: præterea quòd
hęc omnia in latitudine quadã spectant̃: etiã in sin
gulis hominibus seorsum quæ reliqua sunt perse
quamur. Ad quæ sanè nõ paruã cõmoditatem af
fert latitudo horũ perspecta. Nam cũ eucrasia du
plex omino sit: altera quæ in animantiũ saltẽ cor
pore cogitatione potius usurpetur, q̃ solide subsi
stat: altera quæ in sanis omibus subsistit atq; appa
ret: hanc rursus à nobis diuidi par est: quippe in
qua nõ parua diuersitas inueniet̃. Id q̃ sit uerum,
uel ex ipsis ętatib. maxime deprehẽdas. Cũ eñ ad
omnẽ uoluntate susceptã actionẽ adolescentiũ æ D
tas sit aptissima: infantium certe senũq; minus ad
hãc est apta, propterea ꝙ illis humor, his siccitas
frigiditasq; nimis abũdat. In alijs tamẽ functioni
bus quas naturales appellamus, ueluti auctiõe, cõ
coctiõe, distributiõe, & nutritiõe, infantes planè
cæteris ætatib. lõge præstãt. Neq; tamẽ eo secius
omibus per omes ętates licet esse sanis. Ergo quẽ
admodũ in ętatũ diuersitate se habet, ita etiã in na
turalis habitus differẽtijs immẽsum quantũ tẽpe
ramentorũ discrimẽ inuenias: ut duorũ exẽpli gra
tia similis ætatis puerorũ, hunc altero lõge humi
diorẽ, illũ sicciorẽ. pari modo hũc calidiorẽ, illum
frigidiorẽ. Quibuscũq; igit̃ corporibus multo su
pra iustũ calidis, frigidis, humidis, aut siccis esse

A cõtingit, ijs planè optima tẽperies nõ est. In qui
bus autẽ ab eo quod absolutissime tẽperatũ est, di
uersitas quędã intelligit̃, minor tamen q̃ quæ sen
su discerni possit: hæc certe, qđ ad usum pertinet,
pro absolutissimis accipimus: ita ut sanitatis, quã
in latitudine contẽplamur, hæc quidẽ medij sit tẽ
peramenti, nec ulli uitio obnoxia, quod saltẽ sen
su percipiatur: hæc ceu intẽperata, uitioq; exposi
ta. Huius sententiæ euidentissima indicia sunt di
scrimina quæ in gracilibus corpulentisq; notant̃:
quippe quorũ cõtrarias habitudines ex cõtrarijs
tẽperamẽtis ortas esse necesse est. Sicuti igit̃ nec
nimiũ gracile corpus probamus, nec quod ualde
est obesum: ita nec tẽperamenta eorũ planè lauda
bimus, tãetsi utrunq; q̃ maxime sanũ esse conspi
B cimus. sed quæ in medio habitudines sunt, εὔσαρ
κοι Græcis dictæ, sicuti ipsæ debitã partiũ cõuè
nientiam, speciemq; inculpatã habẽt: ita id totum
conuenientis laudabilisq; tẽperamenti beneficio
acceptũ ferunt. Tales ergo corporũ habitus, si ue
ritatẽ ipsam ad unguem exigas, absoluta saltẽ exa
ctaq; temperie ne ipsos quidem temperatos dixe
ris. Verum quod sensu iudicetur, atq; ad usum sit
satis, non inculpabiles solum, sed etiam optimos
censueris. Sanè indicium euidens est ne ipsos qui
dem exactissimum temperamentum consecutos,
ex eo quòd nunquã eodem statu permaneant, sed
primam ætatum ipsarum mutationem recipiunt,
nulla harum eundem perpetuo tenorem seruãte,
sed semper ad siccius tendente. Alteram, quæ so
C mni ac uigiliarũ, quietis & motus, tũ motus ipsius
differentiarũ, ad hæc bibendi sitiendi, edendi esu
riendi, ciborũ potionisq; copiæ aut inopiæ, præte
rea balnei, iracundiæ, studij, doloris, omnium ta
lium occasione prouenit, quæ tantum non om
ni momento temperamentũ immutant. Quis igi
tur in tanta mutatione optimũ undecũq; tempera
mentum inuenire speret? quippe quod sicui un
quam optima natura prædito contigit, certe ne
momento quidem durauit. Adeo mihi sanè admi
rari subit eorum opinionem qui sanitatem eucra
siamq; citra omnem latitudinem unicamq; esse cõ
tendunt: nec si quid ab hac paulo discessit, utique
sanitatem esse. Qua nimirum sententia ἀεπάθειαν
obiter imprudentes inuehũt: disputantq; de re aut
D nunquam planè uisa in animalis corpore, aut si
quando uisa est, ne minimum quidem tempus du
rante. His ergo quam somniãt sanitatem, ipsis ser
uandam linquimus. Nos interim ad eas quæ in a
perto sunt, reuertimur. Quarum cum duplicem
statuamus substantiam, [unam de qua planè que
ri non sit, alteram de qua queri liceat] de qua mo
do uerba fecimus, suũ utriq; scopum reddamus:
nempe ei quam inculpatam diximus, exactam ab
solutãq; planè, quod utiq; sensu aduerti possit, cu
stodiam. Alteri de qua conquerare, non exactam.
Quippe intẽperies quæ intra sanitatis sunt termi
nos, corrigere oportebit ita, ut quę iusto sicciores
naturę sunt, humidiores reddas: quæ humidiores
sunt, sicciores. pari modo q̃ frigidiores sũt, ut harũ
excessum

excessum castiges: quæ calidiores, earum superã- A
tiam ad moderatius reuoces. Hæc qua salubris ui
ctus ratiõe fiant, procedẽte sermone docebimus.
Prius enim tradendum arbitror quemadmodum
optimæ naturæ cõseruanda sit sanitas. Ante id ue
ro quænam sit optima corporis constitutio, expo-
nemus. Est igitur ea, si substantiã eius spectes, &
quæ optimo tẽperamẽto sit, & quæ figurã partiũ
egregie ad functiones cõparatam habet: ad hæc,
quæ omnem tum numerum, tũ magnitudinẽ, tũ
omnium earũ inter se contextum ad actiones ido
neum exhibet. si uero indicia notasqꝫ respicias,
cuius corpus carnis mediocritatẽ præfert. porrò
id tale est, quale inter gracile & obesum, medium
esse docuimus. Nec refert si pro obeso corpulen-
tóue crassum dixeris. Idem reliquorũ quoqꝫ ex- B
cessuum in medio planè est situm, ita ut nec hirsu
tum id merito dixeris, nec glabrũ: sed nec molle,
nec durum: nec nigrum, nec candidũ: adde etiam
nec uenis amplis, nec obscuris: nec iracundũ, nec
ignauum: nec somnolentum, nec peruigilem: nec
hebetem, nec callidum: nec in uenerem pronum,
nec à uenere alienum. Quòd si omnibus quoque
corporis partibus planè medium omnis excessus
teneat, pulcherrimum id uisu nimirum fuerit, ut-
pote symmetron. Erit nõ minus ad labores omẽs
planè idoneũ: nec reliquis eucrasiæ, id est boni tẽ
peramenti, cuiusqꝫ mẽbri notis quas in secũdo de
tẽperamentis retulimus, destitutũ. Nam multos
uideas quibus caput attẽperatũ cõmode sit: tho-
rax, uẽterue, & quæ gignẽdo tributæ partes sunt, C
parũ prospera tẽperie sint. Quorundã uero in ar-
tubus intemperies est. Non desunt & quorũ unũ
aliquod uiscerum, aut alia quæpiã particula una,
pluresue, interim uero plura aliqua uiscera parũ
salubri sint temperamento. Ego uero in unica in-
strumentalium partium intemperiem, idqꝫ in non
paucis notaui, ita ut, uerbi gratia, reliqua omnis
uentriculi concauitas uno temperamento cõmo-
do incommodóue esset, alio ipsum duntaxat uen
triculi os. Cæterum de ijs, ubi de uitiosis corporũ
statibus disceptabimus, agetur. De optimo uero,
& cuius singulæ particulæ uniuersam substantiã
inculpatam habent, nũc dicetur. Huius ergo sor-
tis homo cum arti sanitatis tuẽdæ traditur educã
dus, fortunatus utiqꝫ sit, si statim editus in lucem D
ei committatur. Ita nanqꝫ ad animi quoque affe-
ctus nonnihil lucrifaciet, ipsa nimirũ recta uictus
ratione mores quoqꝫ probos reddente. Cæterum
siqua etiam sequentium ætatũ eius se moderatio-
ni summittat: sic quoqꝫ commoda sentiet non me
diocria. Sanè primum dicetur quemadmodum si
huiuscemodi hominem ab initio susceperis, eun-
dẽ per omnem uitæ cursum sanum custodias: mo
do nequid uiolentũ extrinsecus illi incidat: id qđ
utiqꝫ ad sanitatis tuendæ artificem parum attinet.
Secundo loco quẽadmodum si non recens natũ
puellum acceperis, sed qui iam præceptoribus da
ri sit habilis, eius quoqꝫ curã ages. Postremo quẽ-
admodum reliquarum ætatũ cuiuslibet. Ergo re-

cens is natus infantulus cuius corporis constitu-
tio omni nota uacat, primum quidem fascijs deli-
getur: sed corpori prius toti sale modice insperso,
quo cutis eius dẽsior solidiorqꝫ ijs quæ intus sunt
partibus reddatur. In utero enim ęque cũ reliquis
mollis erat: cũ nec durius ullum corpus inibi con
tigerit, nec aer ... usquã frigidus inciderit: quorũ
cõmercio cõtracta densataqꝫ, & qꝫ ipsamet prius,
& qꝫ reliqua mẽbra dẽsior duriorqꝫ fieret. At quo
niã iam editus infans, in frigore, calore, atqꝫ inter
corpora multo se duriora uersetur necesse est, ob
hæc ipsa nimirum naturale eius tegmen præpara-
ri quodãmodo à nobis, reddiqꝫ ad indolentiam &
tolerantiã qꝫ aptissimũ par est. Ita uero qui secun-
dum naturã se habent infantes, uel solo sale præ-
parati munitiqꝫ abunde fuerint: quando qui sicco
rum myrti foliorum, aut aliorum id genus insper-
sione egent, ijs planè uitiosus status sit. Nobis ue-
ro ad præsens de ijs qui optimo statu sunt, differe-
re propositũ est. Ergo hi fascijs (ut dictum est) in-
uoluti, lacte pro alimento utantur, & balneis salu
briũ aquarum. Vniuersam nanqꝫ uictus rationem
humidã sibi adhiberi postulãt, ut qui cæteris æta-
tibus tẽperamẽto sint humidiore. Atqꝫ ex ijs quæ
ad sanorum uictus rationẽ sunt necessaria, primũ
hoc se ad disquisitionem statim offert. Nam sunt
qui humidiores naturas siccandas semper putẽt:
sicuti ediuerso quę frigidiores sunt, calefieri debe
re: madefieri quæ sicciores: frigefieri quæ calidio-
res. Quippe similibus quẽlibet excessum augesce
re, contrarijs remitti ac minui: unoqꝫ uerbo, con-
traria cõtrariorũ esse remedia. Oportuit uero nõ
id modo Hippocratis legisse eos, meminisseqꝫ, sed
& illa quoqꝫ in quibus ait humidam omnẽ uictus
rationem febricitantibus esse utilem, præcipue ue
ro puellis, & ijs qui tali refici uictu sunt assueti. Vi
detur eñ in his tria deinceps pari inter se iure po-
suisse, morbũ, ætatem, consuetudinẽ. Atqꝫ à mor-
bo quidẽ contrarij adhibẽdi indicationẽ accipit,
ab ætate, & consuetudine similium. Febri nanqꝫ,
ceu morbo calido & sicco, humida conueniunt.
Puellis, ut quibus ea ætas non morbus, sed secun
dũ naturã sit, id maxime est utile, quod planè est
simillimũ. Pari modo consuetudini, utpote quæ
adscititiam acquisititiamqꝫ naturã in corporibus
gignit, contraria dedisse in primis est noxiũ. atqꝫ
hæc merito. Quæ eñ corpora secundũ naturã se
habẽt, ijs seruari custodiriqꝫ suũ habitũ decet. quæ
morbo aliquo premuntur, ijs cõtra alterari, & ad
cõtrariũ habitũ trahi expedit. Ac seruatur quidẽ
similibus unumquodqꝫ: alterat̃ contrarijs. Haud-
quaqꝫ itaqꝫ siccandi pueri sunt, si modo in his nul
la præter naturã humiditas subest, qualis in rauce
dine, distillatiõe, catarrhoqꝫ conspicit̃: sed pro na
turæ ratione alendi, ac dulcium aquarum balneis
humectãdi: (quæ enim medicã uim aliquã præ se
ferunt, omnes planè siccant, ueluti quæ sulphuris
aliquid, bituminis, aluminisue repræsentant) tũ ci
bo eo potioneqꝫ nutriendi, qui humidæ quãmaxi-
me naturæ sint. Ad hũc modũ & natura ipsa pue-
ris consu-

tris consuluit, & lac matris in humentis alimenti usum præparauit. Atq; optimũ quidem est etiam reliquis fortasse omnibus infantibus ipsum lac matris, modo nullo morbo sit corruptũ: maxime uero ei qui optimo est temperamento, de quo nunc sermo instituitur: quippe cuius maternum nõ corpus modo totum, sed etiam lac à uitio esse alienũ non sit absimile. Ac sanguine quidẽ dum adhuc in utero gestamur, ali nos constat. ex sanguine uero lac gignitur, exiguam in mãmillis mutationẽ adeptum. Quare qui matris lacte pueri aluntur: ij iam non solum consueto, uerũetiã maxime proprio utuntur alimento. Videtur autem non modo nutrimentũ id natura infantibus præparasse, uerũetiã facultates quasdam naturales quibus eo utantur, ab initio protinus cõtulisse: quãdo si modo natis papillã statim in os inseras, & sugunt lac ipsum, & deglutiunt prõptissime. Quin sicubi forte offendũtur plorant'ue, non minimũ ijs doloris lenimen est nutricis papilla ori indita. quippe tria hæc doloris infantiũ remedia nutricibus ipso usu edoctis inuenta uidemus: unum quod modo retulimus, & altera duo, motũ mediocrẽ, & uocis modulationẽ. Quibus perpetuo usæ nõ solum mitigant, sed etiã somnũ conciliant: uel hoc ipso testificante natura ad musicã eos & exercitia suopte ingenio esse propensos. Adeo quisquis his artibus probe uti sciet: is nimirũ & corpus & animũ optime instituet. Nutricibus igitur triplex puellis excogitata dimotio est: in cunis, in lectulis pendentibus, in suis ipsarũ ulnis. ubi iam hoc aliud quoq; nobis æstimandũ oritur, ad sanitatis tutelã uel in primis necessariũ: cũ Asclepiades plane aperteq; exercitationes dãnet: Erasistratus uerecũdius timidiusq; decernat, cæterum idem cũ Asclepiade sentiat: reliqui ferè medici non solũ ad euexian, id est bonam corporis habitudinẽ, sed etiam ad sanitatẽ eas prædicent. Porrò exercitationũ tria saltẽ prima notant genera, utiq; quot motionũ differẽtię. quippe aut à nobis ipsis mouemur, aut ab alijs, aut medicamẽto. Horũ tamen tertia species ad sanos nequaq; pertinet. Sed qui ab altero præstatur motus: nauigando, equitando, uehendo, atq; ut paulo ante dictũ est, in cunis, lectulis, ulnisq; obitur. Recens tamẽ nati puelli tã ualentẽ motum q̃ est qui uehiculis, nauigijs, equisue præstatur, adhuc non desiderant. At qui iam tertium aut quartũ annũ agũt, his uehiculo nauigioq; modice agitari licet. Septẽnes uero etiã ualentiora exercitia tolerant, ita ut equitare iam assuescant. Per se uero moueri tum primum pueris licet, cũ iam repere cœperũt, magisq; etiam cum ingredi. Immature uero cogendi omnino non sunt: ne crura eorũ pondere uitiẽtur. Sane uel hac ætate facile declaratur quanta sit naturæ nostræ cum exercitijs societas, cũ pueros, nec si concluseris loco aliquo, prohibeas quo minus discurrãt, ac pullorũ uitulorumq; ritu lasciuiant. Quippe sua cuiq; animanti natura satis est ad proprias cõuenientesq; excitãdas appetitiones, quibus sanitatẽ saluteq; tueatur.

A Verũ Asclepiades nihil horũ cogitãs, per magnũ ocium captiunculas texit quibus docere conetur nihil ad bonã ualetudinẽ exercitia conferre. Verũ huic postea quod par est respondebit, ceu garrulitate ad finẽ potissimũ taxãda. Est enim nobis hoc loco propositũ nõ sophistarũ nugas refellere, sed qđ ad sanitatẽ tuendã conducat, præcipere. Itaq; ad infantes redeo qui optimo corporis habitu sũt. porrò his animi q̃q; mores citra uitiũ esse par est. Qui eñ iusto sũt ad irã magis ꝓcliues, aut animo plane demisso, aut sensiles magis aut insensiles, aut ꝑter modũ gulosi, hos parũ idoneo tẽperamẽto esse ijs partibus quibus prædictorũ singula administrant, necesse est. Proditũ uero de his fusius est in ijs libris quos de Hippocratis Platonisq; B placitis scripsimus. Verũ qui nunc propositus infans est, undecũq; absolutus est. Huius ergo sicut nullum ex animi moribus corrigere, sic eosdẽ seruare nequo uitiẽtur, oportet. Seruaẽ uero quidq; ijsdem plane generibus, quibus corrũpitur. Corrumpuntur animi mores praua consuetudine cuiusq; horũ, cibi, potionis, exercitationis, uidendi, audiendi, totius deniq; musices. Itaq; peritum horum omnium esse eum medicum oportet qui sanitatis tuendæ curam suscipiet, nec ea opinione esse quasi ad solum spectet philosophũ animi mores effingere. Quippe huic ob aliud omnino maius id muneris tribuitur, nempe animi sanitatem: medico uero, ne corpus facilius in morbos dilabatur: quando iracundia, fletus, ira, tristitia, cura immo-C dica, & multæ super his uigilię febres accendunt, ac grauissimis ualetudinibus initia præbent: ueluti ediuerso cogitationis mentisq; segnitia, ac animus omnino deses, decoloratos, atq; ex atrophia id est nutriendi defectu graciles, ob naturalis caloris imbecillitatem reddunt. hunc enim calorẽ præter cætera intra sanitatis fines custodire oportet. Custoditur autem modicis tum corporis tum animi exercitijs. Qui nanq; motus modũ non seruant, siue ij ex rationali, siue ex appetitoria, siue ex animosa animi parte cientur, si modum nimiũ excesserunt, biliosum animans reddunt. Si intra modum nimiũ subsistunt, pituitosum frigidumq; efficiunt. Quinetiam priorẽ habitudinem febres, & qui calidiores affectus sunt: posteriorẽ iocino-D ris & uiscerum obstructiones, comitiales morbi, apoplexiæ, in summa, destillationum fluxionũq; morbi plerunq; excipiunt. Et nos ægros quotannis nõ paucos persanauimus solis animi motibus ad debitum modum reuocatis. Est uero non spernendus huius sententiæ testis, ipsum patrium nobis numen Aesculapius, qui multas scribi cantilenas, mimosq; ridicularum rerũ fieri, & melodias quasdam instituit ijs quibus uehementiores animosæ partis motus, corporis temperamentum iusto calidius efficerẽt. Alijs quibusdã, neq; ijs paucis, uenari, equitare, atq; armatos exercitari iussit, ijsdemq; statim tum motuum ipsorum speciẽ, utiq; quibus motus iniunxit: tum armorum, quibus armatis exerceri præcepit, definiuit. Non eñ quo pa

quo pacto excitetur erigaturq́ animosa pars, cũ imbecilla sit, præcipere sat habuit, nisi etiam mensuram eius ab exercitationum idea definiret. Non enim pari modo excitatur ea animi portio cum apris, ursis, tauris, & alijs id genus præualentibus robore belluis agitandis sumus attenti: & cũ leporem, capreã, & id genus fugacia ac timida sectamur. Nec similiter cũ in leui armatura, & graui exercemur. Nec pariter cũ citato cursu dimouemur, & cum mediocri motu agimur. Nec ubi cũ alijs contẽdimus, & ubi soli agimus. Iam clamore, an tacitus ad labores inhorteris irritesq́, non parum sane interest. Verũ de his latius dicetur in sequentibus. Sed infantes qui optimũ sortiti sunt temperamentum, (de his enim sermo erat) non leui cura egent, ne quos animi motus immodicos incurrat. Quippe loquelæ adhuc expertes, ploratu, clamore, iracundia, & inordinato sui motu, dolorem indicant. Nostrum igitur officium sit, coniectantes quid desiderent, assidue id suppeditare, prius ꝗ̃ auctus dolor in nimium atq; inordinatum motum unà cum corpore etiam animum ipsum uniuersum conijciat. Siquidem dentientes, aut ab externo quopiam offensi, aut aluum exonerare, aut meiere, aut esse bibereue cupientes, perinde ac discruciati plorãt, atq; enormiter mouent. Fieri etiã potest ut frigore offensi teporẽ desiderent: sicuti contra æstu afflicti refrigerationem. Est quando multitudinem instratorum non tolerant. Quippe multos offendit id quoq; nõ minimũ: maxime uero cum aut totum corpus uertere, aut etiam artus mouere cupiunt. Quinetiam ipsa quies si sit diuturnior, non parum molesta esse solet, quãdo nulla animans immodico ullo delectatur, sed semper mediũ modum expetit. Porrò medius modus nõ unus omnibus est, sed ex eorum semper est numero quæ in collatione ad aliud spectantur. Quocirca qui curam infantis educandi suscipiet, hũc plane ut acrem mediocritatis conuenientisq́ coniectorem esse, ita hęc semper præbere oportet priusquam ex desiderio cuiusuis auctus dolor simul cũ corpore animũ quoq; in motus immodicos conijciat. Quòd siquãdo quod infestat, imprudẽtibus inscientibusq́ nobis auctum esse contigerit, corrigere id tentabimus illico uel præbito quod expetit, uel sublato quod offendit, etiam motu per ulnas nutricis adhibito, ac uocis modulamine, quo uti prudentiores nutricũ consueuerunt. Ego nãq; puello quodam totũ diem irato, plorãteq́, ac immodice se inordinateq́ iactante, nutrice ipsa omis consilij inope, deprehẽdi quod offendit. Quippe ut neq; papilla in os immissa, neq; à nutrice prolatus si forte meiere, aut aluum exonerare uellet, lenitus est, sed nec cum ab ulnarũ agitatu reclinari est cœptus, aduerti autem tum lectum, tũ inuolucra, tũ uestes ipsas sordidiores, præterea puellum ipsum immundũ, atq; illotum lauare detergereq́ iussi, tũ lectulum mutare, ac uestem omnẽ tersam mũdamq́ præbere. Quibus peractis, protinus ab immodico agitatu conquieuit, illicoq́ dormiuit

A non suauissimum modo, uerũetiam longissimum somnum. Vt uero recte conijcias quæ puello officiant: non modo solertia est opus, sed etiã assidua de ipso qui nutritur experientia. Hæc igitur om̃ia usq; in tertiũ à natali annum circa puellum peragenda censeo. In primisq́ de nutrice ipsa non minimam habendam esse curam, quid edat, quid bibat, quo pacto in somno, uenere, exercitatione se habeat: ut uidelicet lac eius egregie sit tẽperatũ: quale certe erit si sanguis eius quam optimus sit. porrò is talis est, qui nec flaua abundat bile, nec atra, nec pituitosus est, nec serosus, nec aquoso liquore permistus. Nascitur autẽ eiusmodi sanguis ab exercitatione moderata, & cibis tum boni succi, tũ iusto tẽpore modoq́ assumptis, præterea po-
B tione tẽpestiua modiceq́ sumpta. De quibus omnibus in ijs quæ post dicenť, diligenter agetur. A uenere omnino abstinendã esse quæcunq; lac pręebit, moneo. Nam & menses uiri consuetudine prouocãtur, & lac odoris gratiam in deterius mutat: quinetiã aliquæ in utero concipiunt: quo alienius à puello adhuc lactente nihil est. Ita em̃ quicquid sanguinis est optimum, in fœtũ absumitur. Quippe is cum propriũ in se uitæ principiũ contineat, & huius moderamine agitur, & assidue conueniens sibi alimentũ trahit, utero ipsi ueluti radici adhærens, nec usquam ab eo nocte dieue discedens. Interim uero non minor modo, uerumetiã deterior rationabiliter redditur ipsius grauidę sanguis. Quo fit ut lac ipsum tũ peius, tũ uero exiguũ
C in mammillas colligatur: Quare si quæ infantẽ lactat, uterũ gerit; ego magnopere suaserim aliã inueniendam nutricem. Cuius etiam lac gustu, odoratu, uisu considerandum explorandumq́ diligẽter sit. Siquidem quod optimũ est, id gustanti olfacientiq́ plane suaue, intuenti candidũ, æquabile, ac liquidi crassiq́ mediũ apparebit. Qđ uitiosum est, ediuerso aut crassum & caseosum, aut liquidũ & serosum ac liuidũ, tũ cõsistẽtia ipsa coloreq́ inęquabile uidebiť. Idẽ gustantib. amarorẽ, aut salsedinem, aut qualitatẽ quampiam extraneam exhibebit. tale uero nec olfacienti suaue erit. Atq; lactis probi improbiq́ hæc sunto indicia. Quibus diligenter animaduersis, quoties uel concepit mater, uel morbo aliquo est affecta, ad aliam nutricẽ
D quæ iudicio delectuq́ paretur, festinandum censeo. Tum uero puellum quoad primores dentes emiserit, solo lacte alendum. Quo tẽpore eum solidiori quodammodo iam cibo assuefacere conueniet. quod etiam experientia plane doctæ mulieres faciunt: primũ panem, mox legumina, ac carnem, & similia, omnia prius commansa puellorũ osculis immittentes. Corpus autem infantium cõfricare oportet oleo dulci: sicuti id ipsum recte peragunt nutrices pleræq́, statim ipsas corporis partes modulantes atq; fingentes. Verum in eo quẽ proposuimus puero, qui corporis statu est optimo, quod ad mẽbrorum modulũ saltẽ attinet, nihil est ꝙ curiosa nutrix sit, sed tantum fricet quotidie mediocriter, ac lauet: idq́ quam fieri maxime

potest

potest lacte in uentriculo minime adhuc hærente A
crudo: quippe ꝙ periculum est ne priusquam pro
be sit concoctum, in totũ corpus infantis digera-
tur. Multo uero maxime si quis uentriculũ ipsum
adhuc lactis plenum infricet, tũ corpus crudo ali
mento implebit, tum caput onerabit. Quo magis
prospiciendum in primis est, nequid nutrimenti
neq; ante balneũ, neq; ante frictionẽ puerulo præ
beatur. Id fiet si ad hæc administrãda nutrix post
longissimũ somnũ tempus obseruet. Id enim ma-
xime temporis est, in quo uel inanem planè uen-
triculum inuenias, uel certe concoctum, siquid in
eo remansit. Quæ autẽ ut hodie fit faciũt, sanè læ
dunt, aliæ unum & certum diei tẽpus præscriben
tes, aliæ cum ipsæ à negocijs uacent, tũ demũ cu-
rantes. Quo fit ut sæpius lædi q̃ iuuare puellos B
necesse sit. Quippe quod à nobis præscriptum tẽ
pus est, aliàs in aliud diei noctisue tẽpus incidit.
Maiorum tamen puerorum, qui uidelicet plagis,
minis, obiurgationi, monitis parere norũt, ijs du-
plex tum fricandi, tum lauandi temporis occasio
est: prior ac commodior, cũ matutino somno sur-
rexerint, deinde luserint, ac iam cibum petant.
Tum enim maxime uòcandi ad hæc sunt, ac cor-
pus quidem ad sanitatẽ pariter & bonã habitudi-
nem, animus ad obsequelam & temperantiã exer
cendus. Interminandumq; nõ aliter nos cibũ præ
bituros, nisi, quantum ipsi uelimus, frictioni bal-
neoq; se permiserint. Atq; optimũ quidẽ tempus
hoc fuerit. Quòd siqua occupatione, qui puellũ
alit, auocet, modico pane præbito ludere permit- C
tat, quantũ uelit: dein cũ rursus cibũ petierit, tum
fricet, lauetq;. Minime tamen bibere ei permitten
dum post cibum est quem balneũ excipit: quãdo
ita præcipitatior eorũ quæ uentriculus continet,
distributio in corpus fiet. Id uero in corporibus
prorsus sanis cauere oportet, Quippe quibus uti-
lius sit ante balneũ cibum dedisse, horũ planè im-
probandi tum affectus sunt, tũ corporũ status. De
his uero in sequentibus dicemus, nunc premen-
dum nobis propositũ est: nẽpe ut puellũ cui opti-
me affectum corpus sit, sic educemus, ut talis per
petuo seruetur. huic expedit, ut cibus balneum se
quatur. Quòd si, quo loco puellus alit, balnei co-
pia nõ sit, (fortasse uero nec ista unquã legẽt qui
ibi habitant) in concha pueros lauant, donec alte D
rum iam tertiúmue ætatis annum attigerint. Qui
uero hos annos excesserint: eos, si nõ quotidie, at
certe tertio quoq; die quartòue ungunt atq; infri-
cant. Quòd si anni tempus non prohibeat, stagna
amnesq; his balnei loco sunt. Apud Germanos
eñ planè ne nutrire quidẽ infantes cõtenderim.
Verũ nos neq; Germanis, neq; alijs agrestib. aut
Barbaris hominibus hæc prodimus, nõ magis e-
quidẽ q̃ ursis, apris, leonibus, aut alijs id genus:
sed Grẹcis, & ijs qui tametsi genere sunt Barbari,
Græcorũ tamen æmulant̃ studia. Nam quis, quę-
so, nostrũ tulerit, modo editũ infantulum, etiã ab
utero calentẽ, ad flumen deferre, ibiq; (sicuti Ger
manos aiunt) ceu cãdens sit ferrum, in frigidũ hu

morem mergendo, simul de naturę uigore pericu
lum facere, simul corpus ipsum roborare? Quip-
pe si citra noxam id tolerauit: & ꝙ propriæ natu-
ræ robur ostendit, & nouũ præterea robur ex fri-
gidæ cõmercio comparauit, nulli non pateat. Cæ
terum si ab externo frigore naturalis calor sit ui-
ctus: ꝙ protinus interire necesse sit, id quoq; nemi
nem latet. Quis igitur mentis cõpos, nec omnino
ferus, Scythàue, proprium pignus in id agere di-
scrimen sustineat, in quo errorem mors sequitur:
potissimum cum ex eò periculo non magnum sit
quod lucrifaciet? Asino enim fortassis, aut id ge-
nus experti rationis animãti utilissimũ fuerit den
sum ita tergus durumq; effici, ut citra dolorem fri
gus toleret. Homini ratione prædito, cuinã quæ-
so tam magno sit usui? Non enim siquis absolute,
citraq; exceptionem pronunciet cutẽ densissimã
durissimãq; utilem ad sanitatẽ esse, is recte dicat.
Cum nanq; animalis corpori duplex instet incõ-
modum, alterum ab externis, alterum ab internis
occasionibus: quorũ certe rara mollisq; cutis est,
ij ab extrinsecus imminentibus malis facile tẽtan
tur: quorum densa ac dura, ab internis. Itaq; etiam
Hippocrates ubi de ijs præcipit quæ in nobis ab
alimento ad cõmodum incõmodúmue cedunt,
post alia multa, hæc scripsit: Raritas corporis ad
trãspiratũ ijs quibus plurimũ aufertur, salubrius:
quibus minus, insalubrius. Præstat ergo utrunq;
declinasse excessum, nec adeo aut densam reddi-
disse cutẽ, ut corporis transpiratũ prohibeat: aut
rarã, ut facile à qualibet extrinsecus incidenti oc-
casione lædatur. Tale porrò natura est propositi
nobis hoc loco puelli corpus, cũ sit medium om-
nis excessus. Est ergo id ea ratiõe alendũ, ut status
sui gratiã perpetuo seruet. Seruabit autẽ, si primis
quidẽ annis solo lacte nutrias, ac balneo dulcis a-
quæ & calentis utare: quò uidelicet corpus eius
molle q̃ diutissime seruatũ, ad plurimũ augmenti
perueniat. Ab his annis cũ iam mitti in ludũ est ha
bilis, nõ necesse erit assiduis præterea balneis uti,
sed interim dum luctari condiscit, mediocriter ini
bi ante cibũ exercitari sat erit, ac balneo plerunq;
abstinere. Modũ uero in labore excessisse, qđ nõ-
nulli pædotribæ pueros cogunt, prorsus alienum
est. siquidẽ intẽpestiua duritie corporis inhibetur
auctio, etiã si natura sit ad auctũ quãmaxime com
paratũ. Sanè uinũ q̃ diutissime qui ea natura puer
est, ne gustare quidẽ suaserim, quippe quod hau-
stũ & humectat nimiũ, & calfacit corpus, tum ca
put halitu replet ijs qui humido calidoq; tẽpera-
mento sunt, quale est eiusmodi puerorum. Atqui
nec repleri his caput est utile, nec supra q̃ par est
humidos calidosq; fieri: quoniã eò iam caloris hu
morisq; peruenerũt, ut si paululũ utrãuis qualita
tem auxeris, iam modũ excesserint. Cum autẽ sit
omnis excessus fugiendus, maxime hunc fugere
expedit, ex quo nõ corpori modo, uerũetiam ani
mo damnũ accedit. Quare neq; iam adultis uinũ,
nisi modice sumptũ, existimandũ est utile esse: ꝙ
uidelicet & ad iram & libidinem pręcipites facit,

& partem animi rationalem hebetem turbidamq; A
reddit. Cæterum his ipſis ad bilis excrementa uel
mitiganda, uel expellenda, eſt ſanè non inutile: nõ
minime uero ad eam ſiccitatẽ quæ in ſolidis parti
bus aut ex immodicis laboribus, aut ex proprio
ætatis tẽperamento prouenit. Humectat nanq; ac
nutrit quicquid immodice ſiccatum eſt: tũ bilis a-
marę acrimoniã mitigat ac frangit: prꝫterea per ſu
dores urinasq; uacuat. Pueri uero, ceu qui talem
ſuccũ minime colligunt, quiq; naturalẽ humidita
tem plurimã obtinent, ut cõmodorum quæ uini
potio largitur, planè non egẽt: ita incõmoda quæ
affert, tantũ ſentiunt. Nemo itaq; rationis cõpos
ea uti potione pueros ſinet, quam, præterq; quòd
nullum affert cõmodum, immenſum etiam ſequi
tur incõmodum. At frigidæ potione omnino pro B
hibendos eos non cenſeo, quod tamen aliqui fa-
ciunt: uerum à cibo plerunq;, & per calores, cum
ipſis cordi erit, uti non diſplicet, potiſſimũ uero (ſi
copia eius ſit) fontanæ recentis, cui nulla qualitas
uitioſa aliũde ſit cõtracta: ea ſi non eſt, reliquarũ.
Cauendæ uero ſunt quæ ex ſtagnis hauriũtur, &
quæ turbidæ, & quæ male olentes, & quæ ſalſæ:
deniq; in quibus qualitas aliqua guſtu deprehẽdi
tur: quãdo quæ optima eſt, ea penitus nõ guſtui
modo horũ, uerũetiã olfactui omnis qualitatis ex-
pers uidebit. Eadem tũ quoq; potui iucũda erit,
tũ planè pura. Quòd ſi præcordia quoq; celeriter
tranſit, nihil eſt q magis idoneã requiras: quando
ſiqua pura lympidaq; eſt, nec potu inſuauis, nihi-
lo ſecius tamen circa præcordia hæret, hæc uitio C
non caret: atq; abſtinendum ab ea cenſeo utiq;, cũ
prorſus eſt frigida: cæterũ à calefacta nõ deterreo.
Ac tutiſſimũ quidem ſit experiẽtia ipſa de huiuſ-
modi aqua iudicium fieri. Quòd ſiquis eſt, qui ex
notis potius uim eius prænoſſe malit: Cuius fons
è petra ſcaturiens, contra Septentriones fluit, So
lemq; auerſum habet, hanc ægre concoctum iri,
tardiq; tranſitus eſſe putandum eſt: eadem nimirũ
calefiet frigefietq; tarde. Contra cuius ad orientẽ
Solem fons erumpit, quæq; per meatum aliquem
mundum, aut puram colatur terram, eademq; ca-
leſit ac refrigeratur ocyſſime: hanc omni ætati uti
liſſimã eſſe exiſtimãdũ eſt. Non enim ſicuti uino,
eſcis, exercitatiõe, uigilijs, ſomno, ac uenere, alijs
aliàs uti pro ratiõe ętatis expedit, ita de aqua quo D
que ſtatuendũ eſt: ſed quam nunc optimã indica-
uimus, hac uti puero, iuueni, ſeni, cõducet. Idem
de aere iudicandum: quem optimũ in pulmones
trahere, omnibus iuxta ſalubre eſt. Optimum aë-
rem cenſeo, qui prorſus ſit purus. Eiuſmodi uero
fuerit qui nec ſtagni, nec paludis habitu ſit infe-
ctus, nec ex profundo ſpecu peſtilentem aurã ſpi-
ret, qualis circa Sardis, & Hierapolin, aliubiq; ter
rarũ uiſitur. Nec qui ex cloacis quæ urbẽ aut nu-
meroſum exercitũ purgent, uitium cõtraxit. Nec
qui ex animaliũ, olerũ, aut leguminũ putredine,
aut fimo coinquinatur. Nec qui ob ſtagnum uel
flumen uicinũ nebuloſus eſt. Nec qui editis undi
que montibus in cauo loco cluſus nullum recipit

A perflatum. Suffocans enim putrisq; eſt, ſimilis ei
qui in domibus quibuſdã eſt incluſus, in quibus
ob putredinem, & perflatus defectum, plurimus
aceruatur ſitus. Huiuſmodi ergo aer omni planè
ætati eſt noxius: ſicut ediuerſo qui purus omnino
eſt, nulli non ætati eſt utilis. At uero quæ ex calo-
re, frigore, ſiccitate, humiditate, diuerſitas aeris
contingit, non perinde ſe ad omnes homines ha-
bet. Sed corporib. quæ optimo tẽperamẽto ſunt,
etiam optime tẽperatus aer eſt ſaluberrimus. In
quibus uero aliqua exuperans qualitas dominat̃,
ijs utiliſſimus aer eſt qui ei qualitati maxime eſt
aduerſus, frigidus calidæ, calidus frigidæ, humi-
diori ſiccus, ſicciori q par eſt, tãto humidior, quã-
to ſiccitas ipſa modum exceſſit. Atq; hęc quidem
B hoc loco intellexiſſe ſat eſt. Quemadmodũ uero
incommoda quæ ex uitioſis aere aquisq; proue-
niunt, corrigas: alio uolumine dicetur. Nunc em̃
optimum corporis ſtatũ, ſimul cũ optima uictus
ratione, ceu ſcopum ac regulam quandam tracta-
re conſtitui. Quæ enim uitioſa in aliquo corpora
ſunt, horũ uarietates omnes unà cum idonei ipſis
uictus ratione in ſequẽtibus libris proſequemur.
Quare rurſus ad optimi ſtatus puerum reuerſi, ſe
cundum ſeptennium eius explicemus, & cuius tẽ
peramẽti ſit, & quodnam poſtulet uictus genus.
Ergo temperamentũ eius (ut in libris quos de tẽ-
peramentis ſcripſimus, euidenter oſtendimus) ca
lidũ eſt eodem gradu quo prius, humidũ uero nõ
eodem. Quandoquidem omne animãs ab ipſo ſta
C tim ortu ſiccius in dies efficitur: minime tamẽ per
om̃es ætates aut calidius aut frigidius euadit. Sed
quorum optime ſe habent corpora, ijs calor ſimi-
lis quodammodo uſq; ad ſummũ incrementũ ma
net. quorum uero humida frigidaq; ſupra optimę
conditionis corpus ſunt, horũ calor augetur. Sed
non eſt nunc de his ſermo. Cui uero optimi ſtatus
corpus contigit, is ad quartumdecimum uſq; an-
num iam traditam uictus rationem obſeruet: illo
tamen in exercitatione ſeruato modo, ut neq; im-
modice ſe, neq; uiolenter exercitet: ne corporis id
incremento ſit in mora. Lauetur autem calida po
tius q gelida, ut qui nõdum hanc citra noxam to
lerauerit. Hoc ætatis animũ quoq; finxiſſe aptiſſi
mum eſt, idq; potiſſimũ probis conſuetudinibus,
D & grauibus diſciplinis, quę animo modeſtiam pa
riant. Quippe ad ea quæ ſequente ætate circa cor
pus eius moliri oportebit, maximo cõpendio ſit
animi modeſtia, & ad parendum facilitas. A ſecũ-
do uero ſeptennio uſq; ad expletum tertiũ, ſiqui-
dem ad robuſtiſſimũ corporis habitum prouehe-
re hominem cupis, aut militem eum ſtrenuũ, aut
luctatorem, aut aliàs uiribus inſignem deſtinans:
utiq; de ijs animi dotibus quæ ad ſcientiam ſapien
tiamq; pertinent, minus laborabis. Quæ enim ad
mores ſpectant, hac maxime ætate perfici abſol-
uiq; cõuenit. Sin corporis mẽbra roborare hacte-
nus cupis, dum ſanum quendam habitum & in-
crementũ ijs cõpares, animi uero rationalem par-
tem ornare adoleſcentis ſtudes: non eſt utrobiq;
eadem

eadem uictus ratio ex usu. Quanq; etiam tertiam A
quartamq; uitæ formulam licet inuenire: alijs sor
didarum cuilibet artiũ deditis, idq; uel ei quæ cor
pus exerceat, uel alienum ab exercitio id teneat:
alijs ad agriculturam, uel mercaturã, uel tale quip
piã se conferẽtibus. quæ genera tot numero sunt,
ut difficile certe uideatur omnes uitæ species cer/
to numero complecti. Ac ars quidem quæ sanita/
tẽ tuendam profitetur, omnibus profecto homini/
bus sanitatis tuendæ documenta pollicet, aut sin
gulorũ propria, aut omniũ cõmunia: aut hæc qui
dem propria, illa uero cõmunia. Veruntamen fie/
ri nequit, ut de omnibus simul disseratur: sed ut
primo loco quemadmodum quis ad longissimum
prolata uita, etiam bona ualetudine perpetuo uta
tur. (Sane hanc uitã ab omni quod necessitate se B
ingerit negocio, liberã esse oportet, ac soli corpo/
ri uacare.) Secũdo loco, ut de ijs quæ cum arte ali
qua, aut opere, aut exercitio, aut ministerio priua/
to publicoue, in summa, quæ cum premente ali/
quo negocio cõiunctæ sunt. Sic utiq; fieri potest
ut de omnibus disseratur. Neq; enim aliter aut di/
lucidus, aut memoratu facilis, aut certe methodo
traditus sermo noster uideatur, nisi hunc ordinẽ
sequatur. Sed ad id quod primo loco propositum
est, reuertendum, docẽdumq; quemadmodũ qui
optimum corporis habitum est nactus, ab omni/
bus quæ ad publicum in uita spectant, secedens,
ac sibi soli uiuens, nec morbo ullo quoad fieri po
test unquam tentetur, nec ante longissimum uitæ
tempus morte occupetur. Immortale nanq; fieri C
quod genitum est, planè non potest: tametsi nostri
temporis philosophus quidam in egregio scilicet
opere illo in quo immortalitatis uiam docet, id
ostendere sit aggressus. Vt uero in plurimum per
duret tempus, id uero fieri posse profecto conue/
nit, presertim eius qui optima sit natura. Sunt ẽm
qui ab ipso ortu adeo improspero corporis sint sta
tu, ut ne si Aesculapium quidem ipsum ijs præfe/
ceris, uel sexagesimũ annum uideant. Sed nõ est
nũc de his locus. Quare ad illũ potius qui optimo
est habitu, reuersi, repetamus ea quæ inter initia
demõstrauimus. Nẽpe quòd comesse bibereq; no
bis necesse est, propterea quòd è corpore nostro
aliquid semper defluit. Cum uero edendum no/
bis bibendumq; sit, necesse rursus est excernen/ D
dorum curam rationemq; haberi. Horum uero
cum uariæ sint species, aliæ eorum quæ in uentre
perficiuntur, aliæ eorum quæ in iocinore, arterijs
& uenis, aliæ eius quod per singula membra distri
buitur alimẽti: sanè cuiusq; suam esse uacuationẽ
oportet: sicuti idipsum ab initio instituisse natura
uidetur, quæ instrumenta animalibus contulit a/
lia quæ excremẽta ipsa expurgent ac separẽt, alia
quæ deducant, alia quæ in unũ colligant, alia quæ
excernant. De quibus omnibus tractatum nobis
fusius est in ijs commẽtarijs quos de naturalibus
facultatibus, & quos de particularũ animalis usu
inscripsimus. Nunc hypotheseos loco præsumen
da erunt ad ea quæ paramus. Primũ nanq; excre/

mentũ & à syncero separatur, & paulatim impelli
tur per omnia intestina usq; ad satis capax spatiũ,
quod in eo intestino uisitur, quod ab argumento
rectum uocãt. Ad cuius exitum musculi quidam
sunt inserti, qui ipsum coerceãt, intusq; detineãt,
ac ne immature effluat uetent. Postea uero quam
plurimũ congestum iam graue animali fuerit, tũ
foras agi sinunt, ad celeritatem emissionis etiã ab
dominis musculis unà cũ transuerso septo adiuuã
tibus. Iocinoris excrementorũ, aliud est quale qđ
florem in uino appellant, aliud quale quod fex di
citur. Attrahitur alterum à uesicula quæ iocinori
subijcitur, alterũ à liene. In his collecta, excernun
tur, alterum in priorem tenuis intestini partẽ, alte
rum in uentriculũ, ab hisq; iam per omnia intesti
na unaq; cũ sicciori alimẽti excremento permeat.
Quod autẽ in uenis & arterijs excremẽtum acer/
uatur, eiusmodi planè est quale in lacte concreto
serũ. Hoc renes à sanguine secernentes, ad uesicã
transmittunt. Ea porrò id colligit, seruatq; ad eun
dem fermè modum quẽ de sicco excremento su/
pra retulimus. Quippe adnascitur hic quoq; ad exi/
tum ipsum musculus quidã transuersus, qui oscu
lum uesicæ ita ad unguem comprimit, ut inde ni/
hil effluat. Postq; uero huius quoq; collecta iam
copia animal urget, illico se remittens laxansq;
statione cedit. Vesica uero omne excrementũ ex/
cernit: rursus hic quoq; ad celeritatem exitus au/
xiliantibus musculis ijs qui in abdomine sunt siti.
Reliquũ excrementorũ genus in singulis anima/
lis nascitur particulis ex ipso unde aluntur succo:
aliud quidẽ ceu semicoctæ cuæpiã reliquiæ, quæ
adsimilari nutriendæ parti nequiuerunt: aliud qđ
transmittendi alimenti fuit uehiculum. Nunc fun
ctum officio humidum tenueq; superest, quale ni/
mirum serosum illud iam dictum quod ex uasis,
id est uenis & arterijs, in uesicam defluit. huic ex/
cremento nullus certus à natura præscriptus mea/
tus est. expellitur tamen partim actũ per ipsa mol/
liora corpora quæ fluentis eius uiolentiæ cedunt,
potissimum cum à spiritu maiore impetu irruẽte
impellitur: partim etiam per exiguos omnes cor-
poreæ molis meatus, πόρους Græci uocant: quo/
rum non modo reliquum corpus uniuersum, sed
etiã tota cutis plena est. Dictum autem nobis de/
generatione horum est in libris quos de tempera
mentis edidimus. Ergo tenuissimum huius gene/
ris excrementũ facile sanè eijcitur, partim in spe/
ciem halitus ab insito calore solutũ, partim uiolẽ/
to motu confertim erũpens. Appellãt uero quod
ita excernitur, sudorẽ. Alterum uero cui nullũ pu
blice nomen est, quod uidelicet nec uulgo est co/
gnitũ, ut quod conspectũ præ tenuitate effugiat:
ab ijs qui id ratione contẽplati sunt, ἄδηλος διά
πνοὴ Græce, id est transpiratio, uel perspira
tio, uel perflatus sensum latens uocatur. In hoc in/
sensibili perflatu etiã crassioris excrementi nõni/
hil excernitur. Huic autem & uehementiore calo
re, & fluoris impetu maiore opus est: cum alioqui
periculum sit ne ante itineris finẽ sistatur, saltem

 ad cutim

ad cutim. Ab hoc excremento tũ pilis originem A
esse ostensum nobis est:tũ uero ijs quæ circa om/
nium cutim semper aceruantur sordidis. Ac dicta
ferme nobis uniuersa sunt tum generationis,tum
etiam expulsionis excrementorũ capita: quæ in
alijs nostris operib. quorũ proxime meminimus,
euidenti demonstratione asserta, hypotheses op/
portunæ sunt ijs quæ nunc molimur. Nam quo/
niã eijci hæc oportet, utpote quæ uitiosa qualita
te sint, tametsi Asclepiades reclamet:conuenit(ar
bitror)primum nouisse quibus maxime causis re
morentur:dein rationem iniri qua nec in ipsas in/
cidatur:ac siquando inciditur, q̃ primũ error cor
rigatur. Atq; ne incidatur quidem,hinc licet asse/
quamur, utiq; si excreta abunde sint necne, com/
pertũ habuerimus, ut uero erratũ corrigatᷓ, certa B
methodo est opus. Dicamus itaq; primũ à quibus
maxime remorentᷓ memoratorũ excrementorum
singula: mox quo pacto qđ retentũ est expediatᷓ.
Ergo ijs quæ in uentre continentur excrementis
mora contingit aut ipsius cibi potionisq; culpa,
aut ipsius uentriculi unà cũ intestinis. Et cibi qui/
dem potionisq; uitio, aut propter qualitatem eo/
rum, aut quantitatem:ad hæc ordinem, utendiq;
modum. Et propter qualitatẽ quidem, si acerba,
austera, aut siccæ naturæ fuerunt. Propter quanti/
tatem, si iusto plura aut pauciora sunt assumpta.
Ordinis culpa, si quæ sicca adstringentiáue sunt,
primo:quæ humida pinguia & dulcia, secundo lo
co sunt sumpta. Modi usus ratiõe, si cum bis fuit
edendum, totum semel sumpserit. Quæ uero uen C
tris intestinorum ue. uitium sequitur excrementi
mora:uel ob naturalem eorum affectum accidit,
uel certe acquisititiũ. At quæ quidem naturæ eo/
rum uitio causæ proueniũt, ex prauis corporis ha
bitibus aliqui sunt:sicuti ubi de his agemus, dice/
tur. De acquisititijs hoc loco agemus. Recẽtium
uentris affectionum octo sunt differentiæ, singu-
læ ipso genere intẽperies:& quatuor quidem sim
plices, calor, frigiditas, siccitas, humiditas. qua/
tuor compositæ, calor unà cum siccitate, idẽ cum
humiditate:frigus adiunctum siccitati, idem cum
humiditate. Sane eò creuisse magnitudinis harũ
quamlibet oportet, ut iam inualidã reddiderit im
pultricem uim aut uentris tãtum, aut gracilis in/
testini, aut plenioris, aut etiam om̃ium simul, aut D
ex his quorundam. Creantur porrò eiusmodi in/
temperies modo ab ijs quę intrò in corpus sumun
tur:modo ab ijs quæ foris incidunt. Et ab ijs quæ
in corpus sumuntur, cum in cibo uel potione uis
quæpiam medicinalis est immista ex earum gene
re quæ uel calfaciunt, uel refrigerant, uel siccant,
uel humectant, uel unà calfaciunt & siccant, aliá/
ue quapiã connexione harum qualitatũ afficiunt.
Ab ijs quæ foris incidunt, uel ambiẽtis nos aeris
uitio, (cũ is immodice calfacit, aut refrigerat, aut
siccat, aut humectat, aut copula quauis harũ qua/
litatũ afficit)uel aquæ qua lauerimus, uel unctio/
nis qua uncti sumus, uel deniq; alterius cuiusquã
quod cũ foris uentriculo adhæserit, aut calfacien/

A di immodice hunc, aut refrigerandi, aut siccandi,
aut humectandi uim habuit. His igitur de causis
supprimitur excrementum uentris. At flauæ bilis
excrementũ moratur aut propter attrahentis ex/
pellentisue facultatis infirmitatẽ, aut propter ua/
sorũ quibus deducitur atq; excernitur, angustiã.
Porrò infirmitas tum uesiculæ totius quæ iocino
ri subijcitur, tum eorũ meatuũ qui ab ea in iecur
subeunt, tum eorũ quibus in intestinum bilis euo
mitᷓ:ex recenti intẽperantia prouenire potest, tali
utiq;, quali intestinorũ uentrisq; impultricẽ uim
lædi diximus. Angustia uero uasorum aut phle/
gmones uitio fit, aut propter scirrhos, (hi sunt du
rities quædã non sensiles) aut obstructionem, aut
circũiacentiũ partiũ innixum, aut osculorũ cõni/
B uentiã. Iam ipsa proximarum partiũ compressio,
aut propter immodicã copiã eorũ quæ in se conti
nẽt, aut propter phlegmonẽ aut scirrũ accidit. Ae
que & oscillorũ conniuentia, aut propter horum
quippiã, aut etiã siccitatem. Porrò siccitatem acci
dere faciunt & quæ ualenter adstringunt, & quæ
pariter calfaciunt & siccant. Illa nanq; humorem
exprimendo, & quæ patebãt contrahẽdo cõstrin
gendoq; ac densando, hæc eliciendo per halitum
humore siccitatẽ inducunt. Phlegmone nanq; &
scirrhus quoniam morbi planè sunt, ad præsentẽ
disputationẽ non pertinent:& alioqui de ipsis cõ
modius agetur in sequentibus. Pari ratione atræ
bilis excrementum aliquando sistetur, si lienis ad
amaræ bilis uesicã:uena uero quæ ad illũ à porta
C iocinoris pertinet, ad uascula illa quæ amarũ ex/
crementũ attrahunt: quæ uero ex liene in uentri/
culum fertur, ad meatum illum qui amaram ege/
rit, proportione sit affecta. At excrementũ quod
per singulas animalis particulas congeritur:& co
pia sui, & crassitudine, & præterea lentore remo/
ratur:ad hæc, ob imbecillitatẽ caloris qui id disse
cet soluatq;:præterea transitus angustiam. Ac co/
pia quidem, crassitudo, & lentor uel ex cibi potio
nisq; natura prouenit, uel ex recẽti quapiam alte/
ratricis facultatis in eo qui nutritur, infirmitate.
Imbecillitas uero caloris qui id excrementum re/
soluat ac tenuet, ab exercitandi defectu prouenit.
Angustia transitus aut ob scirrhum, aut phlegmo
nen, aut obstructionem, aut cõpressum alicuius,
D aut conniuentiam euenit. Quorum cuiusq; origi/
nis rationẽ paulo ante retulimus. Sunt tamen par
tes quæ præter latentes hos meatus, àlios quosdã
apertos & conspicuos obtinent, sicuti cerebrũ, &
oculus. Id autem institutum à natura est aut pro/
pter eminentiam particulæ, aut propter actionem
exquisitius obeundam, aut propter cõtinentium
corporum spissitudinem. Est nanq; cerebrum ra
tionalis animæ ceu domicilium. quod cũ osse soli
do undiq; sit septum, plurimis maximisq; canali/
bus expurgatur:primum per nares, & palatum:se
cundo per utranq; aurem, tertio per caluæ com/
missuras. Nec absimile est etiã aliquid ab eo con
fluere ad oculos. Oculus uero ipse non tanquam
primatum aliquẽ inter partes obtinens, sed uelut
qui purus

qui purus esse omino postulet, quo uidelicet pro-
be munus suum obeat, per euidentes meatus eij-
cit quicquid in eo excremēti gignitur, nempe per
nares, genasq;. Ergo excremētorum tum causas,
tum instrumenta iam diximus. Quæ quemadmo-
dum quis retenta expediat atque euocet, deinceps
docendum: initio rursus à uentre sumpto. Ergo il
lud commune omnium excremētorum documen
tum sit, ut retentionis causæ contrariam causam
semper admoueas. Speciale uero p singulas hoc,
si comestorū paucitate & siccitate restricta aluus
sit, ut tum plura, tum humidiora exhibeas. Si sic-
citate, plura quidem non offeras, sed humidiora.
Si austeritate et acerbitate, dulcibus et pinguibus
cibes. Quòd si in ordine sumptorum erratum sit,
ut eum errorem corrigas. Si cum bis edendum e-
rat, semel comedit: ut non bis modo, sed etiam sæ-
pius pascas. Eodem planè modo & recens contra
ctas intemperies contrarijs remedijs sarcias: nem-
pe quod siccatum est humectans, quod refrigera-
tum est calfaciens, ac reliquos affectus simili ratio
ne corrigens. Quibus uero hæc fiant: in ijs quę de
medicamentis scripsimus, proditæ materiæ sunt.
At flaua bile retenta, siquidem obstructionis cul-
pa id accidat, eo qui extenuet uictu utendū: cuius
materia singulari uolumine à nobis est tradita. Sin
ex compressu id eueniat corporum quæ & eius
bilis meatibus uicina sunt, & immodice sunt refer
ta: siquidem ex crassitudine succi id incidit, exte-
nuante uictu est utendū. Sin ex multitudine, præ-
sidijs quæ uacuent. Quòd si ob phlegmonen scir-
rhū'ue id contigit, iam res sanitatis tuendæ pro-
fessionem excessit. Sin propter recens contractam
intemperiem quæcunq; uicta qualitas est, hanc re
stituere tentādum. Ad eandem formulam, & con
niuentiam oscillorum aperire conueniet. Si ab au
steris facta est, pinguibus & dulcibus adsumi ius-
sis. Sin ijs quæ calfaciunt & siccant, successit, adhi
bitis quæ refrigerent & humectent. Dicetur & ta
lium materia in sequētibus libris. Idem expurgan
di modus etiam tertio excrementorum genere re-
tento, quod per singulas animalis partes colligi di
ximus, conueniat. Nam si contracta sint, & tan-
quam conniueant meatuū ora, per aduersa ijs quę
sic affecerunt, succurendū est: nempe quę ex frigi
dis causis ortæ coarctatiōes cōstipatiōesq; carneę
molis sunt, ueluti quæ ex ambientis rigore corpo
ribus nostris inciderūt, eas calfaciēdo. Rursus eas
quæ calori siccitatiq; superuenerūt, ueluti quæ fer
uoribus euenerunt, refrigerando & humectan-
do. Pari modo & quæ adstringentium uitio pro-
uenere, cuius generis sunt aluminosæ aquæ, has
pingui ac molli frictione unà cū dulcis aquæ bal-
neo reparando. Quòd si uel crassitudinis, uel a-
bundantiæ, uel lentoris excrementorum uitio ob
structi meatus sunt: tenuatoria uictus ratio his a-
pta erit, præterea medicamenta quæ calfaciunt ac
dissecant, quædam intro deuorata, quædā foris ad
mota: anteq; hæc omia exercitatio. Nam ea quo-
que tum soluere excremēta potest, tum per sudo-

A ris meatus eijcere, tantoq; tam cibis quàm medi-
camentis tenuātibus præstat, quanto satius est nul
lo corporis nostri habitus incommodo exigi quæ
redundant, quàm pariter & carne liquanda, & so-
lidis extenuandis. Hæc nanq; incommoda calidis
attenuantibusq; medicamentis succedunt. Exerci
tationibus uero adeo nihil tale succedit, ut etiam
firmitas quædam membris accedat, cum & natu-
ralis ipse calor accēditur, & ex partium inter se at-
tritu duritia quædam indolentiaque comparatur.
Quemadmodum uero se aliquis debito tempore
mensuraq; exercitet, ac singularum actionum or-
dine decenti qualitateq; utatur, nunc equidē exe-
qui nō statui: sicut nec de alimenti ipsius tempo-
B re, modo, ordine, qualitate: sed nec de tenuātibus
cibis ac potionibus, nec de ijs medicamentis quæ
qualitatem immutāt. Nullius enim horum hacte-
nus particularem usum diximus, contenti summa
tim & per capita tantū attigisse. Verum in sequen
tibus libris de omnibus fusius agetur. Nunc in com
pendium redigere totum opus placuit, quatenus
nulla materia lateret cuius esse peritū deceat, qui
omnem sanitatis tuendæ artem profitetur. hunc
ὑγιεινὸν græce uoces, sicuti gymnasten, qui tātum
quæ ad exercitationes pertinent, callet. quin Era-
sistratus quoq; ita eum appellauit. In sequentibus
uero uoluminibus dictarum iam materiarum cu-
iusque tum tempus quo exhibebitur, tum qualita
tem, tum usus rationem trademus, ita ut non iam
C materia tantum sit, sed sanitatis conseruandæ cer-
ta causa. Etenim in tribus hisce primis generibus
consistit sanitatis tuendæ studium ęque ac meden
di methodus: nēpe corporibus, causis, signis. Cor
poribus quidem, ijs quæ & sana iam sunt, & eo sta
tu seruari debent. Signis uero, corporum acciden
tibus, ex quibus corpora ipsa dignoscuntur. Cau-
sæ sunt ex quibus custodia sanitatis perficitur. Ha
rum materiam quatuor generibus iuniorum pro-
batissimi sunt complexi: admouendis, educendis,
faciendis, extrinsecus incidentibus. Et admouen-
dorum quidem nomine, cibus, potio, et siquid me
dicamentorum intrò sumitur, etiam aer attractus
intelligitur. Faciēdorum uero, frictio, ambulatio,
uectio, equitatio, denique omnis motus. Quòd si
D nō quiuis motus exercitatio est, sed solum qui ua-
lentior est: adijciatur motui exercitatio, ut sint fa-
cienda tum motus, tum exercitatio. Referūtur ad
hoc causæ genus, somnus, uigilia, & uenus. Ex fo
ris incidentibus primus est circūdatus nobis aer,
deinde quæcunq; lauantiū ungentiūmue cuti pro
pinquant, etiam si quod medicamentum sanitatis
tuendę fines nō excessit: ueluti sal, myrta, nitrum,
aphronitrum, & aquarū aliquæ sponte natarū, &
calentiū. Educendorū uero materia prædicta pau
lo supra est. An uero quatuor illis generibus recte
ex aduerso diuisio causarū generis sit facta, non fa
cile dixerim: cum melius fortasse sit admouendis,
educēdis, faciendis, & incidētibus, alterari immu-
tariq; corpus dicere: mutationē uero aut in quali-
tate fieri, aut quātitate. In qualitate, dum aut inca-

lescit, aut refrigeratur, aut siccescit, aut humectū A
redditur. In quantitate, dum alitur, aut inanit. Iam
inanitionem ipsam duplicem quoq; esse. alteram
excremētorum, de quibus mox diximus, alteram
naturalis substātiæ nostræ assidue defluentis, quæ
nutritioni ex aduerso opponitur. Notasse hoc lo/
co operæpretium fuerit homonymian, quam Hip
pocrates in opusculo de nutritiōe distinxit his uer
bis: Alimentū aliud est quod nutrit, aliud quod
quasi est nutriens, aliud quod nutriturū est. Quip
pe ei quod prima significatione alimentū siue nu/
tritio est, substantię ipsius fluorem recte opponas.
Ei uero quod in secunda significatione accipitur,
tum hæmorrhagian, id est, sanguinis profluuium,
tum uno uerbo omnem sanguinis inanitionē. Ei
uero quod tertio significato dicitur, uomitum, & B
lienterian, id est, intestinorū leuitatem. Verum de
talibus diuisionibus statuere pro arbitrio cuiuis li
ceat. Quisquis autem propositam artem rite admi
nistrabit, hunc omnis materię quæ ad salubrem ui
ctus rationem pertinet, uires habere cōpertas est
necesse: quādo hinc demū dexter eius oritur usus.
Cōtingit autem dexter eius usus, ubi opportunū
cuiusq; tempus ac modum quis inuenerit. Quare
huc potius censeo properādum, quàm prauis opi
nionibus refellendis immorādum. Sed quoniam
satis uerborum primum hoc uolumen continet,
claudetur hoc loco. Quod reliquum operis est, in
cæteris exequemur.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SECVNDVS,

THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

A Rtis quæ de sanitate tuenda instituitur, summas scoposq; proximum uo
A lumen edocuit. Nunc singula mem/
bratim distinguere tentādum, initio
rursus ab ijs sumpto in quibus proxi
mus liber est finitus. Proponat itaq; nobis in hoc
libro saluberrimæ naturæ puer, qui iam tertiū æta
tis suæ septennium ingreditur: cuius corpus effin/
gere cōponereq; quoad fieri potest quàm optime, D
propositū sit. Ac primum hoc ipsum definiēdum,
quid sibi uelit quòd adiecimus, optime. Vult autē
nimirum illud, Veluti corporum ipsorum nume/
rosa sanè diuersitas tradita est, ita uitæ rationū qui
bus uiuimus, species sunt diuersæ. Ergo fieri ne/
quit ut in qualibet proposita uita optimam corpo
ris nostri curam administres. Sed quæ cuiq; opti/
ma sit, hāc utiq; licet. Quæ absoluto sermone opti
ma sit, in omni exequi uita non est. Nam maxima
hominū pars implicitam negocijs uitā agit: quos
etiā lædi ab ijs quæ tractant, est necesse; nec tamen
mutare conditionem licet. Alij enim per inopiam
in eiusmodi uitæ sortē incidunt, alij seruitute, quā
aut à parentibus hæreditariā acceperunt, aut alias
per uim aliquā capti raptiue. quas solas esse serui/
tutes uulgus existimat. Mihi uero, & qui ambitio/
nis, aut cuiusuis cupiditatis gratia negocijs impe/
ditam uitam delegerūt, quo minus corpori curan
do uacare queant, ij quoq; seruire ultro dominis,
& quidem pessimis, uidētur. Quare his optimam
prorsus corporis curam scripsisse, superuacuū sit.
Verum siquis planè tum animo, tum uero optio/
ne sit liber, huic pręcepisse fas, quemadmodum &
sanitate plurimum fruatur, & morbis minime ten
tetur, & cōmodissime citraq; molestiam senescat.
Quinetiam sanitatis tuendæ methodus, sicut alia
planè quælibet ratio uiaq;, eiusmodi docendi ini-
tium postulat. Siquidē quod simplex inculpatūq;
est in omni genere, id cæteris omnib. quæ nec sim
plicia sunt, nec culpa uacant, ceu regula quædam
præponi postulat. Sane simplex inculpatumq; in
corporibus quidem est quod optimo est habitu: in
uitæ generibus, quod omnino liberū est. Primum
igitur hoc libro duo hæc cōiuncta tractemus. De
inde cuiq; uitioso corporis statui uita libera sit ad/
iuncta. Mox optimæ corporis cōstitutioni, singu
læ seruilis uitæ species copulentur. Postremo ui/
tiosos corporum habitus cum seruilibus uiuendi
generibus maritabimus. siquidē plenus nobis ab/
solutusq; sermo futurus est. Quodnam igitur pro/
positæ artis initiū ceperimus ad eius tutelam cor/
poris quod & optimæ sit notæ, & tertium ætatis
septennium iam ingressum, & cæteris posthabitis
omnibus uni corporis curę uacet? Mihi sanè uide
C tur id qd' ab Hippocrate traditū est tum in Apho/
rismis, cum ait: Labor cibū præcedat. tum in po
pularium morborū sexto uolumine, ubi ita ad uer
bum præcipit: Labor, cibus, potio, somnus, ue/
nus: omnia mediocria. Nam & modū ipsum sin/
gulorum definiuit, addito ad finem dictionis epi/
theto, mediocria. & tempus ęque signauit ipso ser
monis ordine. Quippe sanitatis tutelam à labore
est auspicandum, quem excipere debent cibus, po
tio, deinde somnus, mox uenus, in ijs uidelicet q
bus uenere est utendum. Nam reliqua certe om-
nia cuiusque ætatis sunt communia. Venus ætate
tantum florentium est, utique quo tempore etiam
eius usus est. Quæ enim hanc uel præcedunt æta/
tes, uel sequuntur, aut planè semen non effundūt,
aut certe infœcundum aut male fœcundum effun
dunt. Verum disceptatio de uenere, in suū locum
differatur. A laboribus uero ordiendum: illo ante
omnia discusso, an idem sint labor, motus, & exer
citatio: an labor & motus idem, aliud uero ab his
exercitatio: an motus res diuersa, labor et exercita
tio neutiquā differant. Ac mihi quidem nō quiuis
motus exercitatio uidetur, sed tātum siquis uehe/
mentior est. Quoniam autē eorum quę ad aliquid
dicuntur, est quod uehemētius dicitur: fieri potest
ut idem motus alteri sit exercitatio, alteri non sit.
Terminus igitur uehementiæ, esto anhelitus alte/
ratio: quādo in qbus nulla fit anhelitus mutatio,
hos nondū exercitationes uocamus. Quòd siquis
maius celeriusue aut crebrius iā ex motu aliquo
respirare

respirare cogitur, huic certe tantus motus exercitatio fuerit. Ea igitur communiter exercitatio uocatur. Proprie uero à loco græce denominatur, quem gymnasion ipsi appellant. Is locus est in publica aliqua urbis regione extructus, quo ungendi, fricandi, luctaturi, discum iacturi, aut tale quippiam facturi confluunt. Laboris appellatio idē mihi significare uidetur cū priore significatione nominis gymnasij siue exercitationis, nempe cōmuni illo quod prædiximus: quippe quum & qui fodiunt, & qui metunt, & qui equitāt, non laborent modo, sed etiam exercitentur, communi saltem exercitationis appellatione. Et de nominibus quidem ita nobis determinatum sit, atq; ad hæc significata omis mihi deinceps sermo inaudiatur. Nec tamē siquis est qui aliter uti uelit, prohibeo: quando non huc de recto nominū usu disputaturus accessi, sed quemadmodum sanitas custodiri maxime possit. Ad id uero, cum percōmodum erat de exercitatione, labore, omni deniq; motu distinguere, nominū significatus definire sum coactus. Atque exercitationis commoda & si in priore uolumine tradita sunt, non inutile tamen sit hic quoq; paucis ea denuo repetere; quando ea non solū scopus, sed etiam ueluti iudices sunt omnium quę singillatim, in exercitationis arte geruntur. Fuere autem (arbitror) genere duplicia: hæc quidem ad excrementorū inanitionē, illa ad euexiā, id est † commodam corporis habitudinē efficacia. Nam quoniam uehementior motus exercitatio est, necesse quidem est tria hæc ab ea perfici in corpore exercitando, membrorū duritiem ex mutuo ipsorum attritu, genuini caloris augmentum, & spiritus citatiorem motum. Sequi uero hæc reliqua omnia priuatim cōmoda quæ corpus exercitijs accepta refert. Vtique ex membrorum duritia, tum ut minus ex labore afficiātur, tum ad labores robur. Ex calore, tum deducendorum in corpus ualidum attractū, tum immutationem magis expeditam, tum nutritionem magis felicem, tum ut singulæ corporis partes sint (ut ita dicā) perfusæ. Cuius affectus beneficio & solida mollescere, & humida tenuari, & exiguos corporeæ molis meatus laxiores fieri accidit. At ex spiritus ualentiore impetu & purgari hos omnes meatus necesse est, & excremēta expelli. Atqui si exercitatio hęc præstat, haud difficile sanè sit tempus utendæ eius statuisse. Nam quoniam digestionem in corpus adiuuat, non debet cū administrat̄, crudi incoctiq; cibi aut succi multitudo uel in uentre uel in uasis contineri, unde periculum sit ne prius quàm per maturā concoctionem utilis sit, in omnes animalis partes rapiatur. Quoniam uero & exiguos meatus expurgat, & excrementa expellit: utilius est ante comedēdum eam adhiberi. Siquidē quæ impura corpora sunt, atq; ab excrementis parum purgata, hæc quo magis nutries, magis lædes. Ex his itaq; patere arbitror tum esse ad exercitationem commodissimum tempus, cum hesternus cibus duplici concoctione iam prorsus sit confectus, & ea quæ in uentre,

† al. solidarum partium

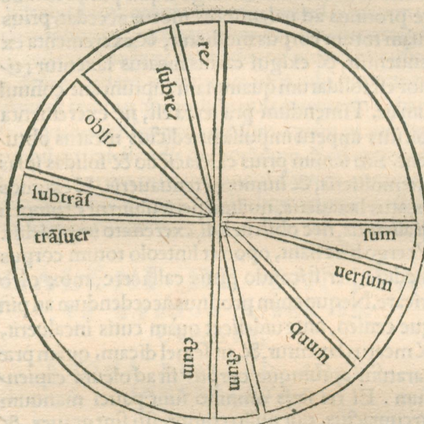
A & ea quæ in uasis sanguinis agitur: ac iam denuo cibandi tempus instet. Quòd si aut prius aut posterius exercitatione utere: aut crudis hominem impleueris, aut pallidæ bilis prouentum auxeris. Sanè huiusce temporis nota, color est urinę. Quæ enim aquæ speciem præfert, crudum adhuc in uenis esse indicat succum eum qui à uentre summittitur. Quæ uero rufa biliosaq; est, iam dudum coctum esse huiusmodi succū. Quæ modice pallet, peractæ modo secundæ concoctionis est signum. Cum nanq; bili infecta urina nondū est, aquæ speciem alboremq; pręfert. Cum uero plus iusto eius bilis acceperit, rufa cernitur. Ergo cum mediocriter est rufa, mediocriterue pallens, tum est exercitatio adeunda, sed expulsis prius excrementis quę

B uel in uesica uel inferiore aluo cōtinentur. Verendum enim nequid ex his in habitum corporis rapiatur, correptū uidelicet caloris ui, qui per exercitationem accenditur. Ergo siquis posita iam ueste protinus ad ualentiores motus accedat, prius quàm totum corpus molliatur, & excrementa extenuentur, & exigui carnis meatus laxentur: timor est solidarum quampiam ruptum aut conuulsum iri. Timendum præterea est, ne excrementa spiritus impetu impulsa prædictos meatus obturent. Sin sensim prius calefaciēdo & solidas ipsas præmollieris, & humores tenuaueris, & exiguos meatus laxaueris, nullum periculum nec rumpendi alicuius, nec obstruendi, exercitato impēdebit. Vt ergo hæc fiant, oportet linteolo totum corpus

C mediocriter fricando prius calfacere, mox oleo fricare. Neque enim protinus accedendum ad pingue censeo, ante uidelicet quàm cutis incaluerit, & meatus laxentur, &, ut semel dicam, quàm præparatum aptúmque corpus sit ad oleum capiendum. Ei rei satis omnino sunt pauci manuum circumactus, qui nullo compressu sint graues, & modice celeres, huc demum ueluti ad metam directi, ut corpus citra compressum calefaciant. Siquidem peractis his cernere licebit floridū ruborem per totam diffundi cutem. Tum igitur pingue inducendum, & nudis manibus quæ medium inter molle durumq; modum seruent, infricādum: quatenus neq; coactum constrictumq; corpus sit, neque ultra quàm par est laxum remissumq; fiat, sed

D legitimum naturę modum seruet. Infricandum uero primo contrectatu blandius, inde sensim paulo fortius: eatenus aucta semper ad ualentius frictione, quoad iam carnem manifeste premat, citra tamen læsionem. haudquaquā tamen tam ualida frictione diu utendum, sed semel aut bis in quaq; parte: quandoquidē non eo ad hūc modū fricat̄ huius pueri corpus, ut iam duretur, cum id iam ad exercitationē producimus: sed potius quò tum promptitudo ad exercitationis functiones excitet̄, tum robur intrò reuocet̄, ac raritas laxitasq; quæ mollem frictionem consecuta est, constringatur ac cogatur. Quippe medio temperamento seruari huius pueri corpus oportet, nec usquam durum molleue effici, necubi naturale eius incrementū inhibeatur

beatur. At procedente tempore, ubi iam adoleuit, tum uero duriore frictione utemur, præterea frigida ab exercitãdo lauatione. Verum de his poſt agendum. In præparatoria uero ante exercendũ frictione, quæ huc ſpectat, ut corpus molliat, mollis durique mediam qualitatem dominari oportet, ac pro eiuſdẽ qualitatis ratione quicquid reliquum eſt exigi. Variæ autẽ quàm maxime ex manuum iniectu circumactuque frictiones eſſe debebũt: nec ſuperne modo deorſum, aut inferne ſurſum adhibite, ſed etiam tum in ſubrectũ, tum in obliquum, tum in tranſuerſum, tum in ſubtranſuerſum. Voco tranſuerſum, quod recto eſt contrarium, id græce ἐγκάρσιον appello. Subtrãſuerſum uero, quod paululum ab hoc in utranque partẽ declinat, quod σιμὸν dico. Rurſus ſubrectum, quod à recto paululum utroque uerſus recedit. Obliquum, quod recti tranſuerſique plane eſt medium. illud πλάγιον, hoc λοξὸν græce nomino.



Quinetiam τρῖψιν aut ἀνάτριψιν græce dicere, nullum diſcrimen faciet, modo ne lateat ἀνατρίψεως nomẽ ueteribus uſitatius, τρίψεως recentioribus magis uſurpari. [Nos latine frictiõe, frictu, perfrictione, promiſcue legentiũ uenia utemur.] Varium autem fieri manuum tum iniectum, tum circũactum uelim, quò uidelicet uniuerſæ quoad fieri poteſt, muſculorũ fibræ omni ex parte fricentur. Siquidem eius ſententiæ eſſe, quaſi tranſuerſa frictio (quam etiam rotundam aliqui uocant) duret, denſet, contrahat, & conſtringat: recta contra rarefaciat, laxet, molliat & reſoluat corpora: eiuſdem plane inſcitiæ eſt, cuius cætera quæ pleriſque gymnaſtarũ de frictione traduntur. Nam qui plus de frictionum uirtute afferat quàm quę Hippocrates in eo libro prodidit, quem κατ᾽ ἰητρεῖον inſcripſit, nemo plane eſt. Ait enim dura frictione ligari corpus, molli ſolui, multa extenuari, mediocri craſſeſcere. Habent uero ſe eius uerba ad hũc modum: Frictio uim habet ſoluendi, ligandi, carnẽ augendi, minuendi. Nempe dura ligandi, mollis ſoluendi, multa minuendi, mediocris carnem au-

A gendi. Quatuor enim hæ genere differentiæ, ex quadruplici omnis frictionis tum uirtute, tum uſu oriuntur. Quòd ſi medias quoque harum quæ unà cum his intelligẽdas ſe exhibent, adnumeres, ſex in uniuerſum differentiæ exiſtent. Vnde nam igitur plurimis neotericorum gymnaſtarum ſuccurrit tam numeroſas frictionum differentias prodere, quas uel numero cõprehendere facile non eſt? Non aliunde certe quàm quòd logicæ contemplationis plane expertes, cum proprijs frictionũ differentijs externa alienaque imprudentes nonnunquã confundunt. Interim etiam illa quibus ſingulæ frictiones peraguntur, adijciunt. Interim tum iuſtas ipſas inter ſe frictionum differentias connectunt, tum uero cum his etiam quas ipſi perperam exco-

B gitarunt. Cum enim dicant frictiones inter ſe diſtare, quòd aliæ ſub dio fiant, aliæ ſub tecto, aliæ in admiſta umbra, rurſus aliæ in perflato loco, aliæ in tranquillo, item aliæ in calido, aliæ in frigido, aliæ in ſole, aliæ in balneo, aliæ ante balneum, aliæ in palæſtra: talemque catalogum faciunt: ſane non proprias frictionum differentias afferunt, ſed ea ſine quibus qui fricatur eſſe non poteſt, inculcant: quippe quem neceſſe omnino eſt in aliquo terrarum loco eſſe, præterque locum, uel æſtate, uel hyeme, uel alio anni tempore. Cum uero ita diſſidere dicant inter ſe frictiones, quòd aliæ cum copioſo oleo, aliæ exiguo fiãt, aut prorſus ſine oleo, idque uel manibus tantum, uel etiam cum puluere, uel per linteum, atque hoc uel aſperum, uel lene:

C cauſarum plane quibus frictio dura molliſue efficitur, enumerationem faciunt. Ex quo nimirum cauſarum eſt genere, & quòd ipſæ fricantium manus duræ aut molles ſint: item ualide premant, blandeue ſint admotæ. Tertia ſpecies quam afferunt ij qui multas frictionum differentias autumant, inde naſcitur, quòd omnia iam dicta inter ſe per coniugationes quaſdam copulant. Qui itaque ex his aut externas rerum circumſtantias, aut uerarum differentiarum cauſas inter ſe copulant, facile deprehenduntur parum recte ſentire. qui uero ex proprijs & ſynceris differentijs coniugationes nectunt, horum non adeo facile deprehenditur error: immo nonnulli ſapientiæ quoque laudem retulerunt, Hippocrate ipſo plus aliquid in-

D ueniſſe crediti: quorum eſt Theon gymnaſtes, qui rectius quàm Hippocrates ſenſiſſe de frictione eſt uiſus. Nam quum is in modo comprehenſis uerbis in ea differentia quæ ex qualitate ſpectatur: mollem & durã: in ea uero quæ ex quantitate, multam & mediocrẽ collocet: Theon qualitatis quantitatiſue minime faciendam mentionem ſeorſum cenſet, ſcribens cum alibi, tum uero in tertio Gymnaſticorũ hunc in modum: De frictione præcipientes placet quantitates ſemper cum qualitatibus coaptandas eſſe. Per ſe nanque imperfectiores ſunt, quàm ut aliquis ſucceſſus ex ipſis ꝑueniat. quippe mollis frictio pro quãtitatis modo triplex opus efficit. pauca eñ leuiter carnẽ remittit, ac facile contrectabilẽ, ſiue tactu mollem reddit

reddit. multa euaporat, & liquat. mediocris laxa
et fluida carne implet. Simili modo dura pro quan
titatis ratione totidē numero effectus reddit. mul/
ta nanq; adhibita contrahit cōstringitq; corpora,
& phlegmonæ persimile quippiam relinquit. me/
diocris implet imminuta, & euidenter circumscri
pta, expressaq;, carne. exigua uero in summa cute
ruborem ad tempus excitat. Nō censet autem de
dura per se & seorsum quicquam gymnastæ pręci
piendum, sed ei quātitatem adiungi debere, siquis
paulo commodior ex artis opere successus sit fu-
turus. Pari modo nec de molli per se & seorsum
quicquam nunc tradendum existimat. Neq; enim
adhiberi usquam posse mollem frictionem tātum,
& quæ nec multa, nec exigua, nec mediocris sit.
Deinde memorat quæcunq; per coniugationem
in corporibus nostris naturaliter efficiunt: utique
paucā cum molli remittere leuiter, & mollem red
dere pnuncians. ubi aliud planè nihil quàm quod
Hippocrates uerbo soluere significauit, alijs uer-
bis interpretatur. Quippe laxare carnem, & mol-
lem reddere, quid aliud est quàm soluere quæ col/
ligata & coacta fuere? Adiecit uero sermoni, leui/
ter, siue quodammodo, non genus actionis immu
tans, sed quantitatem eius definiens. Mollit enim
cum exigue adhibetur eiusmodi frictio: quādo qui
dem si amplius sit adhibita, mollit quidem & tūc,
cęterum largius. Quòd ergo nec magnopere, nec
mediocriter, sed exigue remittit, mollitq; corpora
exigua ac mollis frictio, per uerbum illud leuiter
quod adiecit, declarat: ne hic quidem per hoc sal/
tem ijs quæ Hippocrates præcipit, quicquam tra/
dens magis amplum: æque nec cum mediocrem
& mollem addere corpori inquit laxā & fluidam
carnem. Nam quoniā mediocris, idcirco carnem
augebit. quoniā mollis, soluet: hoc est, planè mol/
liet. id quod tātundem est ac laxam & fluidam car
nem efficere. Erat autem huius officium, sicuti de
his recte præcipit, sic & cū de multa simul & mol/
li disputat, non id modo dicere quod halitu digerere
ac liquare potest, sed qualem etiam carnem relin/
quit, apponere. Non enī ritu ignis uniuersam sub
stantiam exhaurit liquatq;, sed aliquid omnino re
linquit. Id igitur quod relictum est, quale nam de/
mum specie sit, adiectum (arbitror) sermoni opor
tuit: neq; tantum multæ frictionis proprio effectu
posito, mollis opus omissum. Quòd igitur multa
euaporat, etiam ab Hippocrate prius dictum est.
Verum non absolute de multa Theon sermonem
instituit, sed per coniugationem docendum esse
censuit, utique à prima auspicatus, nempe exi/
gua & molli: post secundam aggressus, mollem
& multam: inde tertiam memorans, mollem scili
cet & mediocrem. Sicuti igitur in prima coniuga
tione & tertia proprium qualitatis effectum non
dissimulauit, ita nec in secūda suppressisse eum de
cuit, quin hic quoq; docuisse multā simul & mol/
lem frictionem non modo euaporare, sed etiam
mollem carnem reddere: nisi forte id quod liqua
rę dixit, pro mollire audiendum est. Atq; ita qui/

A dem uerum sit quod dicit. Cæterum sic nō modo
Hippocratis doctrinā non accusat, sed multo ma/
xime confirmat. Etenim si mollis frictio semper
molle tenerumq; corpus reddit, siue ea exigua, si-
ue multa, siue mediocris sit: tum illi ex quantitate
aliqd accedit diuersum: inseparabilis planè à mol/
li frictione erit molliendi facultas: sicuti à dura cer
te uis durandi, cogendi, cōstringendi, ligandi, den
sandi, aut tactu duram reddēdi, aut quomodocun
que aliter eandem rem interpretari malis. Quippe
primum & proprium nomen ita affectæ carnis est
duritia, ut eius quæ diuerse afficit, mollities: quan
quam etiam reliquorum quæ dixi nominum quo
libet uti licet. Et rationem quidem cur tam uarijs
nominibus unā interpretari rem liceat, paulopost
B apponemus. Nunc quoniam controuersa res non
est, causam eius ad pręsens saltē differamus. Quòd
autem mollem frictionem necessario consequitur
ut corpora molliat, id planè clarum ex iam dictis
est. Nam si nec qui multa ea, nec qui exigua, nec
qui mediocri usus fuerit, durum unquam corpus
reddiderit: perspicuū est molliendi uim nusquam
ab ea seiungi: sicuti nec à dura colligandi & du-
randi: quippe quum hanc quoq; siue paucam, si/
ue multam, siue mediocrem adhibeas, nunquam
quantitatis illius ratione corpus mollias, sed sem/
per duritati plus minúsue adijcias: scilicet uberius
perfricās, plus: parcius uero, minus. Quòd si pau/
cis omnino durisq; frictionibus contentus fueris,
duritia quoque proportione respondebit. Sicuti
C enim qui igni se admouit, semper calefit, siue exi/
guo tempore id facit, siue diu, sed magis qui diu/
tius appropinquat, minus qui breui spatio, mini-
me uero qui tantum accessit: ita in frictione quo/
que corpus semper pro ratione afficitur: à molli e/
mollitum: à dura, duratum: non tamen pari sem/
per mensurą: sed à pluscula magis: à parciore mi/
nus: à plurima maxime: à minima minime. Theon
ergo quum de molli simul & copiosa frictione di/
sputans, euaporare, liquareq; eam dixit, siquidem
per liquare uerbum, inanire intelligit: aliud planè
nihil significauerit quàm euaporare. quare bis idē
dixerit, prætermiserit autem quod necessario fue/
rat addendum, nempe eum affectum qui ex mol/
li frictione in corpore relinquitur. Sin mollire,
D soluere, remittere, aut aliud quippiam eiusmodi
dicere uelit: sic sanè reliquerit quidem nihil: cæ/
terum ea quę Hippocratis sunt, minus idonea do
cendi ratione explicasse deprehenditur. Quòd ita
que eiusmodi docendi modus deterior sit eo quo
usus Hippocrates est, paulopost ostendam. Quòd
uero si liquare pro eo quod est mollire accipit, ni
hil ijs quæ Hippocrates ante prædixit, amplius
prodidit: planè manifestum est. Nam quum ille
præcipiat mollem soluere, multā extenuare: quis
non facile colligat, qui præsertim mentis sit com
pos, eam quæ ex molli multáque pariter compo/
sita sit, extenuare simul ac mollire? Verum nō ui/
detur ita sensisse Theon: sed quod in primo Gym
nasticorū unico uerbo extenuare dixit, id in tertio
duobus

duobus extulit, nempe euaporare, ac liquare. Habent uero se eius uerba in primo ad hūc modum:

Contrariarū uero, mollem quidem, si multa sit, extenuare corpora: sin mediocris, carne implere, utiq; delicata & fluida. Aperte eñ hoc loco mollem simul & multam frictionem extenuare corpora confirmat. Quòd autem necesse fuerat non solum multæ frictionis proprium effectū, sed etiam mollis tradere: ipse quoq; Theon per ea quæ subiecit, ostēdit: in quibus cum de dura præcipit, constringere multam, coarctareq;, et phlegmonę simile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita possedit, id copiosius adaucta magis obtinuit. Omino ergo duram mediocriter adhibitam, dura carne implere fatetur, ita ut ediuerso mollem mediocriter adhibitam, ipsam quoque carne implere, sed ea molli. Accidit uero Theoni quum de molli simul & multa frictione sermonem faceret, nullum † mollis effectum prodidisse. rursus quum de multa simul & dura, nullum durę exposuisse. Nam si liquare, inanire, & digerere, pro eodem accipit: de multa quidē aliquid dixerit, de molli planè nihil: quemadmodū etiam in eo quod de dura multaq; scribit, duram quidem constringere, ligare, & phlegmonę aliquid persimile facere affirmat, quantitatis uero planè nihil meminit: tametsi par fuerat de hac quoq; aliquid dixisse. Nam illud cōfessus est, si mediocriter sit adhibita, obesitatē facere. Quid igitur efficiet multa si supra mediocrem sit adhibita? prorsus enim aut illius affectū tuebitur, aut alterabit. Sed siquidem seruabit, certe multa frictio supra mediocritatē adhibita nihil plus adijciet. Sin plus aliquid efficiet: aut minuet carnē, aut adijciet. Verum si minuet, extenuabit. Si adijciet, carne implebit. Atqui non adijcit carnem. extenuet ergo necesse est. Verum Theon de hac differentia nihil meminit, sed omnino subticuit, minime planè definiens extenuetne dura copiose adhibita, an carnē augeat, an seruet eundem quem ex mediocri accepit carnis modū: sed tantum quòd constringit coarctatq;, & phlegmonæ simile quid faciat, confirmans. Conueniebat autem non hoc modo dicere, sed etiam quòd emaciat. Apparet ergo Theonem aut Hippocratis artem hoc loco non intellexisse, aut hominem laudare noluisse, qui tam breui sermone omēs nō solum differentias frictionum dixerit, sed etiam uniuscuiusque opus & uires. Nam qui transeunter, ueluti canis Nilum, uerba eius delibat, quatuor eum duntaxat meminisse arbitretur. Verum non ita se res habet: immo alias duas necessario in ijs quas dixit, subauditas insinuauit, in qualitatis differentia, duræ mollisq; mediam, quę nimirum mediocris est, in ea uero quæ à quantitate accipitur, exiguam: quādo exiguam aliquam necesse est copiosæ esse contrariam. Porrò antiquæ interpretationis formula ita est breuis, ut nō pauca sępe ipsa saltem dictione præterire uideatur, quæ tamen necessario dicta ipsa sequuntur. Quamobrem (arbitror) etiā enarrationes scribimus, quæ ueluti præ-

† Als. τ πολλῆς. id est, multæ.

A eant ijs qui parum exercitati antiquæ dictionis celeritatem assequi non ualent: ueluti in hoc ipso loco facimus. Si nanq; dura ligandi, mollis soluendi uim habet: quæ supra modū soluta corpora sunt, ea duriter planè fricanda sunt. contra quæ constricta sunt, molliter. [quę modice se habēt, nec molliter] nec duriter, sed, quatenus fieri potest, utroque declinato extremo. Egregius uero uidelicet Theon primū in eo fallitur, quòd neq; mediocris qualitate frictionis uires tradidit, neque usum: sed semper ita præterit, tanquam nulla sit. Verum de hoc paulo post agemus. Sicuti uero in ijs differentijs quæ in qualitate spectantur, non solum dura mollisq; consistunt, sed etiam media: ita & in ijs

B quæ ex quantitate ducuntur, non solum multa & pauca, sed etiam media noscitur. Cur igitur in ijs quæ ex qualitate trahuntur, mediam omisit Hippocrates: in ijs quæ ex quantitate, exiguā? Temere id fecisse uideri fortasse cuipiam potest: oportere enim in ijs quæ cōpendio tradantur, summis inter se cōtrarijs res definire: quod horum medium sit atq; mediocre, trāsire: utpote quod ex summis ipsis ultro sit noscendum. Ipse igitur tum hoc docere, tum senis sententiā clariorem reddere conabor, rem planè hoc loco non necessariā, cum quæstiões id genus in enarratorijs libris soluere soleā. Sed quoniam semel huc descendi, ut pro Hippocrate imperitis istis respondeam, in quibus ipsi falsi recte præcipientem calumniantur: non pigebit

C hoc quoq; adiecisse. Cum igitur duo sint toto genere inter se diuersa atq; disiūcta: si modo id quod facit, ab eo quod fit, genere dispescitur: frictiones quidem ex eorū numero sunt quæ faciunt; qui uero ab his in corpore relinquuntur affectus, ex ijs quæ fiunt. Quare contrarietates quoq; alias in frictionum genere, alias in affectuum qui ab his proueniunt, necesse est statui. In frictionū genere tum duram & mollem, tum multam & paucam. In affectibus uero & eam quę ueluti colligatio & solutio corporum est, & gracilitatē ac crassitudinem. Ac prior quidē affectuū contrarietas ex priore frictionum cōtrarietate nascitur; secunda non item. Euenit enim in hac, ut gracilitas proueniat ex multa, carnis incrementū ex mediocri. quippe pauca au-

D gēdæ carni nondū sufficit: quòd uidelicet id quod carnis incrementū accipiet, & sanguinis moderato accessu, & ualida uirtute eget. Quorum utrunque mediocris frictio cōmode præstat: pauca neutrum, nec abunde, nec satis. Quoniam igitur non in idem coibāt frictionum affectionumq; contrarietates: coegit uero eum cōpendiaria docendi ratio per contrarietates positas sermonem absoluere: utiliore cōtrarietate accepta, minus utilem consulto omisit. Porrò utilior ea est quę in affectibus, quàm quę in frictionibus spectatur. Idq; duplici ratione asseritur, una quæ ab artis fine sumit. (quippe frictiones ad corporis affectum ceu finem diriguntur. finis enim ijs quæ præ se, semper est præstantior: quanto nimirū id cuius gratia, ijs quæ ipsius gratia fiunt.) Altera quæ à claritatis ratione

accipitur

accipitur. intellectis nanq; multæ & mediocris ef- A fectibus, facillimũ est exiguæ opus contueri. Nõ perinde tamen mediocris frictionis perspicua uis est. Quinetiam tertiũ hoc ipso de frictionibus sermone bellissime docuisse Hippocratem inuenias. Præcedere nanq; eorum doctrinam oportet quæ liquido peragi cernuntur, sequi uero eorũ quę minus liquido & obscure: idq; siue de his expressis uerbis scripseris, siue lecturis ea intelligenda relinquas. Est uero euidẽs atq; in aperto mediocris frictionis opus, ipsum scilicet carnis incrementum: obscurum uero paucę: quippe quę nec auget, nec minuit carnem, nec omnino euidens aliquid uidetur efficere, nisi q; parũ calfacit. at id omnis frictionis cõmune opus est. Quare cũ neq; euidens aliquid efficit, & quod facere uidet, propriũ eius nõ B est, sed omnis frictionis cõmune: nõ sine causa est (ut arbitror) omissa. Quòd igitur omnis frictiõis calorẽ accendere cõmune opus sit, nõ satis quod ab Hippocrate prodat, dignũ præceptũ est. Quid uero quęq; frictio ꝓpriũ efficiat: id ut Hippocrati necesse tradere, ita nobis certe utile erat discere. Reductis eñ ueluti in elementa simplicibus differentijs, uniuersam frictionũ rationẽ absoluit, quẽadmodum carnẽ adijcias, quẽadmodũ detrahas, quemadmodum corpus mollias, quẽadmodum cõstringas. Cum his unà protinus se promũt tum media earum opera, tum ea quæ per coniugationem faciunt. Media, cum neq; ligare corpus, nec soluere, nec carnem augere, nec minuere studemus. Quæ per coniugationem, cum uerbi gratia C pariter colligare, & carnem addere. Quis enim non uideat, cum duram carnem adijcere corpori uolumus, frictionem durã unà cum mediocri modo esse petendam: ueluti cum mollem addere studemus, frictionem mollem & quantitate mediocrem adhibendam, & per alias coniugationes ad portionem? Quas nõnulli gymnastarũ tanquam sua ipsorum inuenta tradentes, dum Hippocratem accusant, ipsi uehementer delinquunt: & q; eum qui de his primũ præcepit, merita laude fraudant: & quòd cum eius inuẽta sibi tribuant, etiam (quod atrocius multo est) calũniari hominẽ non dubitant. Accedit quòd nec simplices differẽtias apte inter se alternãt. Decuerat enim (arbitror) eũ D qui recte ad particulares cõplexiões descẽdere uoluit: nec uniuersas senario numero cõprehendere, ueluti Theon facit: nec aliquod eorũ propriũ uel quantitatis uel qualitatis opus omittere: quemadmodum in mollis simul & multæ, opus mollis: in duræ simul & multę, effectũ multæ prætermisisse eum ostendimus: sed has quoq; adiecisse, & particulares cõiugationes nouem fecisse. Quippe tres quæ à qualitate frictionum sumuntur differentię, si eas tribus quæ à quantitate ducuntur, iunxeris: nouem coniugationes effeceris: sex quæ à Theone sunt positæ in ijs quæ paulo supra memoraui uerbis, & tres quæ ab eo sunt prætermissæ dũ mediam mollis duræq; omisit: quanquam ne intelligere quidem neque mollem frictionem neque duram fas est ut non simul intelligatur & mediocris: Cui si tres quantitatis differentias iunxisset, nouem ita uniuersas frictionum differentias effecisset, non sex. Eas ipse nunc in descriptione exponam, in qua duorum uersuum qui superne deorsum pinguntur, priorem, qualitatum intelligi uolo: secundum, quantitatum.

Dura	Pauca
	Multa
	Mediocris.
Mollis	Pauca
	Multa
	Mediocris.
Mediocris	Pauca
	Multa
	Mediocris.

Nouem harum quas descriptio cõplectitur coniugationũ, cum Theon sex primas tradidisset, reliquarum trium certe non meminit, ipse secũ manifestissime pugnãs. Si enim exiguæ ac multæ media quædam est, quam mediocrẽ uocamus: etiam mollis dureq; altera certe media erit, quam mediocrem moderatamq; apelles. Sanè meminisse per omnem sermonem conuenit, hæc omnia in respectu collationeq; dici: quando quę huic dura est, alteri pro molli sit. & quæ mediocris, immodica. & quæ pauca, multa. & quę alij multa est, aliter quodammodo affecto sit pauca. Hoc uero & Theon fatetur. Nec fieri sanè potest ut qui mediocrem in quantitate frictionem præterit, non longe aberret. Ac mihi quidem uidetur Theon inde adeo in hunc errorem lapsus, quòd Hippocrates de ea frictione subticuit: adeo ut hinc deprehendatur nihil proprium & suum de frictione Theon protulisse, sed perperam Hippocratis inuenta tractasse. Non enim à pueris statim orsus, & sub præceptore, senis scripta perlegit: cũ fateatur ipse primum athleta fuisse, deinde hoc exercitio deposito ad Gymnasticen se contulisse. Atq; hæc mediusfidius nõ quò hominem uituperem apposui, quem alioqui inter primos gymnastas censeo, sed quo ista lecturos doceam haud facile esse ueterum libros intelligentia cõsequi, si desint qui ea curiose enarrent. Nam quòd ex priscæ breuitatis dignitate fuerit duræ mollisq; frictionis mediam silentio pręterire, id ante à nobis iam dictum est. Quòd autẽ talia à nobis præteriri non debeant: id quoq; & ostensum prius est, & nũc nihilo secius ostendetur. Si enim tam mollis frictio quàm dura in respectu collocationeq; nõ solum subsistentiam, sed etiam intelligẽtiam sui habet: etiam mediocrem in simili respectu collationeq; constitui necesse est. Finge ergo tale esse corpus, quale propositi nobis in hoc libro pueri esse præsumpsimus, sanum prorsus, & omnis excessus mediũ, ita ut neq; molliorem hũc effectum uelimus, neq; duriorem, sed nec carnis eius modo adiectum quicquam, detractum'ue. Num igitur ita se habenti corpori, aut duram, aut mollẽ frictionem admouebimus, aut etiã multã, aut mediocrẽ? Ego planè quãlibet harum

> Alias. οὔτε πολλαῖς, οὔτε ὀλίγαις, ἀλλὰ μετρίαις ἀνατρίψεσιν τρίψομεν. id est, neque multis, neque paucis, sed mediocribus frictionibus infricabimus.

inutilem censeo: quippe cũ à dura durius, à molli mollius, à multa gracilius, à mediocri crassius redderetur: quorũ nullo ei est opus, imò pristinã potius mediocritatem ad unguẽ seruari. Quare neq; duriter id, neq; molliter, † neq; multis frictionibus, neq; quantitate mediocribus, sed [paucis, & qualitate] mediocribus infricabimus: † nihil ultra molliti q̃ ut ad exercitandum præparemus: ac rursus cum iam satis exercitatum sit, apotherapia curemus. Vocetur autem nobis, sicuti recentioribus gymnastarum, apotherapia, ea frictionum portio quæ post exercitationẽ adhibetur. Sanè Theon nullam ex ijs quas protulit cõiugationibus, eiusmodi corporis naturę accõmodare potest: cũ sex in uniuersum nominarit: priores tres, mollis: reliquas, durę: & neq; mollium cuiusq; eiusmodi corpus egeat, neq; durarũ, sed eius quæ harũ media sit, quam scilicet mediocrẽ in qualitate dixisse par est. Liquidoq; patere iam arbitror quantopere lapsus Theon sit mediam duræ mollisq; præteriẽs. Siquidem ad optimum statũ corporis nullam harum quas protulit coniugationum, accõmodare fas est, nec cum integra planè ualetudine corpus fruitur, nec etiam sicubi corrigi postulat. Quippe ubi planè ualet, sola præparatoria frictione eget: quam exiguam, ac mollis duræq; mediam esse ostendimus. Vbi iusto gracilius crassius ue effectũ est, non tamẽ in qualitate alterata caro quicq; est, sed planè mollis ac duræ medium modum seruat. siquidem emaciare studemus, & multam, & qualitate mediocrem adhibebimus. sin reficere, tũ qualitatis, tum quantitatis ratione mediocrem. Has tres coniugationes ultimo loco post sex in descriptione exposui, hoc cõsilio, ut omnes eas à Theone prætermissas indicarem. Quoniam igitur non solum prætermissas ab eo, sed etiam utilissimas easdem prætermissas disputatio nostra docuit, deinceps tempestiuũ arbitror ad ea quæ paulo ante distulimus, reuerti: ac primũ illud, quod doctrina ea quę per rerũ elemẽta tradit, ceteris fit utilior: quippe quæ & sub cõpendium rem omnem cogit, & memoriæ affigit, & reminiscentiæ facile suggerit, ac omniũ quę singulatim agent, rectũ usum prompte suppeditat, ceu & pauca & certa elementa referens. Quis eñ non facile membratim frictionũ differentias, usum, ac uires inueniat, si semel intellecta senis sentẽtia, postea dictionẽ eius memoriter teneat, qua uidelicet docet constringere quidẽ frictionem duram, soluere mollem, corpus adimere multam, augere mediocrẽ posse? Ex horũ nanque notitia ac memoria, primũ sanè quę omissę in uerborum cõtextu sunt differẽtias inuenias: mox omnibus inter se cõplicatis, nouem cõiugationes efficias, quas paulo supra descriptiõe sumus complexi. quas neq; inuenisse neq; memoria tenuisse promptum sit, nisi quam Hippocrates tradidit, elementaris doctrina præcesserit, omniũ frictionũ ratione in prima principia reducta. Ex qbus prorsus inuentis, nõ ea modo quæ nunc sunt inuenta, nobis suppeteret, sed etiã omnem corruptã doctri

A nam iudicandi facultas superesset. Quippe id methodi, id est (sicut ueteres interpretant̃) uię et rationis proprium maxime est, ut ex paruo elementari principio ad singula membratim puenire possis: tũ quicquid perperã est dictũ, scientificis id theorematis ueluti regula quapiã examinans iudices. Quod igitur neq; alius quisq; recte de frictiõe senserit, neq; Theon ipse gymnastes, tametsi eruditius cæteris de ea locutus, sed Hippocrates, & qui eũ sunt secuti: satis hæc sunto. Superest ex ijs quæ ad hũc locum distulimus, ut de nominibus ipsis disseramus, nequis eorum numero deceptus, pares numero affectus cum ipsis appellatiõibus existimet. Duri enim uocabulum de quadam corporis affectione proprie dicitur, quã nec interpretari quidẽ

B quale sit, pluribus est opus, nemine uel ex uoce ipsa non ad rei notitiã perducto. Ad eundem modum & mollis uocabulũ. At rari & densi uocabula non perinde euidenter ipsos corporis affectus significant, propterea q̃ duplex eorum nominum usus obseruatur. Alter eorum qui proprie loquuntur, alter abutentium. Ac proprie quidem rarum accipimus quod meatus quos Gręci πόρους uocãt, magnos per totũ obtinet: sicuti e diuerso densum quod eosdem paruos. At per metaphorã, siue abusum, siue quocunq; alio genere appellasse libet, de laxo coactoq; hæc ipsa uocabula dici audias. hac enim ratione & aerem & ignem aliquando raros dicimus, aquam & terram densas, scilicet ad

C elementa ipsa translatis appellationibus, quæ tamen & unita sunt, & ex similaribus natura partibus constant, nec ullos eiusmodi meatus obtinẽt. Multo his lõgius à proprietate recesserũt illa quę per metaphoram ambo sunt dicta, nempe constrictum, & colligatũ. Illud de denso & duro, modo utroq; seorsum, modo in eodem ambobus repertis: hoc rursus de ijsdem dicimus, non tamen eadem metaphora. nam quoniã omnia quæ colligata sunt, eadem ad motum impedita sunt, ita nimirum nominarũt & quæ ob siccitatẽ, frigus, phlegmonem, scirrhũ, tensionem, repletionẽ, aut pondus, ægre mouent̃. Eandẽ ob causam & cõtrarijs horũ nominibus in cõtrarijs affectibus utũtur, remitti, aut resolui, aut laxari dicentes. Oportet aũt non nominũ inspicere numerum, sed affectuum

D genera duplicia in totum esse existimare. Alterum quod in similaribus ipsis obseruat̃, de quo molle durum ue dicitur. Alterũ quod in instrumentalibus meatuum ratione consistit, quod densum esse uel rarum dicitur. hi nanq; corporum ipsorũ proprij affectus sunt. accersiti uero, & (ut ita dicam) temporarij: q̃ aliàs meatus ipsi superuacuo humore implentur, aliàs sunt mundi: & modo patentes, modo cõniuentes. Verum de his affectibus in sequentibus libris agemus. Nunc ad propositũ redeundum. ac primũ clarius adhuc de frictiõe ipsa disserendum: nempe q̃ hæc ipsa interdum per se corporibus nostris cõmodum affert: interdum ijs quæ cõmodum afferũt, ad eum sanè modum subministrat, quẽ Hippocrates de deligãdo tradidit,

his

his uerbis:Deligatio partim ipſa ſanat, partim ſa/
nantibus ſubſeruit. Ipſius igitur frictiōis effectus
ſunt & ꝙ rara denſat, & mollia durat: dura uero
hæc eſſe omnino poſtulat. præterea ꝙ dura mol/
lit, & denſa laxat:hæc cōtra mollis ſit oportet. Pa
ri modo & quę carnis augēdæ minuēdæ'ue cauſa
ſuſcepta eſt, utraqꝫ ꝑ ſe utile aliqd corpori cōfert.
Quæ tamen ad exercendū corpora pręparat, item
quæ poſt exercitationē adhibetur, hæ exercitatio
nibus ſubſeruiunt. Illa modice calfaciēdo tenues
meatus recludens, & ſimul excrementa quæ caro
continet fluxilia reddens, & ſolidas emolliens:ap/
pellant autem hi huiuſmodi frictionem, præpara/
toriam. Altera ἀποθεραπευτικὴ Græce dicitur. la/
tine recuratoriam ad uerbum appelles: hæc cum
pluſculo oleo adminiſtrata, ſimul pinguetudine
humectat, et ſolidas emollit, & quę in halitus mea
tibus cōtinentur, euaporat. Verum de hac poſt di
cemus, cum de exercitatione egerimus. Sed præ/
paratoria frictio in optimi ſtatus natura calfacien
di corporis cauſa ſuſcepta, prout ſupra traditū eſt,
fiat mollis primū, mox uero exercitationē aggreſ/
ſuro dura: ita nanqꝫ maxime & mollire poterit, &
ad exercitationes excitare, & corporis naturā qua
lem ab initio accepit, ſeruare. Quòd ſi quid aber/
ratum ſit, ad durū id potius ſpectet. Nam qui bre/
ues à modo receſſus ſunt, ij cute tenus finient̄, nul
lo interiorū alterato. Minus uero lædet̄ ipſa cutis
ſi ad durū ſimul & denſū receſſus à modo ſint pro
penſi:quippe ita iniurię minus opportuna fiet. A/
deo ſi tranſpiratio per huiuſmodi cutim facilis eſ/
ſet, denſiſſimā eam duriſſimāqꝫ efficeremus. Nūc
quoniā ad utrunqꝫ munus probe eſſe cōparatam
oportet, & excremēta quæ intus condunt̄, per ha
litum emittenda, & foris propinquantium uiolen
tiā tolerandā: utiliſſimus ſane fuerit medius inter
utrūqꝫ exceſſum modus. Qui ſi aliquādo fortaſſe
nō ſeruabit̄, melior utiqꝫ fuerit ꝗ ad durius denſi/
uſqꝫ pertinebit, q̃ qui ad mollius laxiuſqꝫ. Nam
tranſpirandi defectū exercitio ſarcire licebit. alte/
rius uero affectus uitiū, quod eſt ad externorū in/
iuriā opportunitas, neqꝫ alias corrigi facile poteſt,
affertqꝫ pręterea cōiunctum incōmodum nō par-
uum, euaporato ſubinde nō excremēto modo, ue
rumetiā ipſius corporis nutrimēto. Ergo in ijs dif/
ferentijs quæ à qualitate ſumunt̄, aberrare ſatius
eſt uerſus eā quæ durior eſt, q̃ eam quæ mollior.
In ijs quæ à quātitate ducunt̄, in propoſita ſaltem
natura & ætate ſiquid delinquitur, uerſus id quod
minus eſt, id eſto. Semper em̄ eius in præſenti di/
ſputatione meminiſſe oportet, augendi eiuſmodi
corpus, haudquaqꝫ ſiccandi ſtudium eſſe propoſi
tum. Quas uero corporū naturas, et quomodo af/
fectas amplius fricandū ſit, poſtea dicemus. Nunc
ad propoſitam materiam reuerſi, de menſura ipſa
frictionum agamus ad eundē modum quo paulo/
ante de qualitate egimus. Cōuenit aūt hoc loco ut
prius q̃ menſurā definio, alterius cuiuſdam æſti/
mandi mentionem faciam, ſine cuius notitia men
ſurā ipſam nec definiuiſſe recte licet, nec nouiſſe.

A Eſt uero quod æſtimandū cenſeo, aeris qui frican/
dum corpus continebit, temperies: quam utiqꝫ in
re ipſa monſtrare licet:explicare oratiōe aperte ita
ut interpretatiōis euidentiæ nihil deſit planè non
licet, ſed eſt prorſus inexplicabilis. Verum ſi nō a/
deo multū orationi de rei euidentia deſit, abunde
fuerit. Præcedit uero hanc & alia quædā conſide/
ratio:nempe quo anni tempore, & in quonam or-
bis loco exercitandum ſtatuemus. Duo enim ha-
ctenus de eo tantū definita ſunt, corporis ſtatus,
& ætas. Vbinam autem aut altus hactenus fuerit,
aut exercitandus nunc ſit, aut quo anni diei'ue
tempore, nihil ſanè cōſtitutum eſt:quanquam pro
harum certe cuiuſqꝫ ratiōe, mediocritas frictionis
eſt uariāda. Ergo ad ea quę hactenus ſtatuta ſunt,
B hæc quoqꝫ definienda ſunt, utique poteſtate inter
initia operis iam tradita, non tamen interpretatio
nis luce clare explicata. Dicēs enim ueluti regu/
lam quandam omnium quæ poſt dicēda erant, po
ſiturum me hominem eo corporis ſtatu quo que/
ri non poſſit:obiter nimirum etiam regionem ho/
minis poteſtate definiui: cum nec optimo tempe/
ramēto, nec irreprehēſibili omnino membrorum
modulo corpus ullum in ijs regionibus quę à tem
peramenti modo receſſerunt, gigni poſſit: ſicuti
tum ratio docet, tum experientia commonſtrat.
Quippe ſicci, graciles, & ueluti torrefacti in æſtu
oſis tractibus homines fiunt. Rurſus frigidioris
plagæ incolæ, inæquali temperamento uiſuntur,
ut quibus exteriora frigeant: interiora atqꝫ in his
C uiſcera, immodice caleāt. Sanè optimum corpus,
de quo nūc ſermo proponitur, ueluti Polycleti re
gula eſt: cui in noſtro ſitu, utpote probe tempera/
to non pauca ſimilia uideas. Apud Gallos uero,
Scythas, Aegyptios, Arabas, ne per ſomniū qui/
dem tale uſquam eſt uidiſſe. Noſtræ autem regio
nis, quæ in latitudinem non paruam extēditur, id
quod in medio habetur, optime ſanè temperatum
eſt: cuiuſmodi patria Hippocratis eſt. Etenim ea
tum hyeme tum æſtate mediocrem temperiem ex
hibet:uere autem & autumno multo magis. Eiuſ/
modi igitur locum cum corpori propoſito dede/
ris: anni quoqꝫ tempus ueris mediū ipſum dabis.
Eſto uero & diei in qua nobis exercitandus pri/
mum eſt, maxime, quoad fieri poteſt, ipſe meridi/
D es: quo uidelicet naturalis temperamenti eius uis
ab ambiente nullo pacto mutetur. Eadem exigit
ratio, ut ne domus quidē in qua exercitandus eſt,
ipſo præſertim die calidior frigidior'ue ſit q̃ publi
cus totius urbis aer. At æſtate atqꝫ hyeme talis uel
arte præparandus eſt:nempe hyeme calidior, æſta
te frigidior:quò uidelicet exacta temperie corpus
frictionis tempore fruatur: quando ſi iuſto calidi/
or frigidior'ue domus fuerit, in calidiore illico ſu/
dabit, in frigidiore neqꝫ calefiet prorſus, nec molli
etur unquam, nec floridum ruborem oſtēdet, nec
in tumorem attolletur. Sunt nanqꝫ duo hæc, ru/
bor & tumor, in aeris temperie, & corporis ſtatu
temperato, mediæ frictionis notæ. Veluti enim ſi
calidam infundas, primum quidem corpus intu/

mescit: si largius infundas, decũbit, (ideoq; & Hip
pocrates de his aiebat: Primũ quidem attollitur,
deinde fit gracile.) ita frictio quoque attollit qui-
dem primum, postea contrahit, ac molem depo-
nit. Iis ergo qui carnis augendæ causa fricantur,
tunc planè finienda frictio est, cum corpus & in-
tumuit, & ad summum ferè tumorem peruenit.
Qui autem ad exercitandum iam preparantur: ijs
minime id tempus operiẽdum, sed longe prius de-
sistendum à frictione est, potissimum cum optimi
temperamenti sunt, & ætate adhuc pueri. horum
nanq; tum humidum corpus est, tum tenerum, ac
paucis frictionibus mollescens. Præparatoriæ ue-
ro frictionis meta finisq; est, ut solidæ partes mol-
liantur, humida soluantur, & corporis exigui mea
tus laxentur. Quis uero frictionum esse debeat nu
merus, definire sanè oratione non est: cęterum qui
his præficitur harũ rerum peritus, hic primo qui-
dem die minus exacta exquisitaq; coniectura ute-
tur: sequenti uero die, ubi iam experientiam ali-
quam adolescẽtis est adeptus, magis exactam cer-
tamq; habebit. Quinetiam de exercitatione ipsa
primo certe die mensurã ad unguem definire non
potest: sequentibus deinceps omnino potest. Sun
to igitur hic quoq; notæ: Primo quidem die cum
adhortanti incitantiq; ad exercendum, non perin
de obsequitur, sed segniores, & minus tũ frequen-
tes, tum decentes, ac (ut semel dicam) minus ua-
lentes tum colluctatoris sui apprehensus, tum mo
tus obit. Porrò expedit neq; paulo animosiorem
esse qui exercitatur, ut lassis iam uiribus etiam ex
ercitari aueat: neq; ignauũ, q̃ integris adhuc uiri-
bus laborẽ tamen detrectet. Est uero profecto ta-
lis non corpore modo, sed etiam animo, quẽ nũc
educandum suscepimus: quandoquidem quibus
frigidus succus in uentre, aut in toto corporis ha-
bitu collectus est, ij segniores ad motionem sunt.
Pari modo & qui plethorici, id est, qui succis æ-
quabiliter se habẽtibus nimiũ abundant, & quos
recens frigus afflixit, ij & ignaui sunt, & ad mo-
uendum pigri. Iam his etiam magis ita sunt affe-
cti quicunq; natura frigidiores sunt: sicuti etiã his
ipsis lõge magis, quorũ frigiditati etiã humor est
adiunctus, hi nanq; quãtitatis exercitãdi notas cor
rũpunt. Sicuti ediuerso qui calidiori tẽperamẽto
sunt, siue id propriẹ naturæ spõte eueniat, siue ab
accersito quopiã affectu: hi & animosi sunt, & cer
taminis auidi, & ad actionẽ plus q̃ expedit prom
pti. At quibus nec corpus calidius frigidiúsue est,
nec animus omnino iacẽs ac demissus, aut cõten
tiõis glorięue pręcupidus, et ad actionẽ præceps:
ijs modi exercitationũ indicia integra manent, illę
saq; seruant et primo statim die, et multo magis p-
cedẽte tẽpore. Si eñ qd inter initia suffugit: id ex-
perientia ipsa edoctũ, ad exactã notitiã perueniet.
Non aliter & cibi modus ad certã coniecturã per-
ducitur: qui tamen ab initio definiri nullo pacto
potest. uerum quotidiana experientia, cum recor
datione quantitatis tum cibi, tum exercitationũ,
eo etiam qui huic præficitur, nihil non solicite ob

A seruante, sed semper ut tantum ciborum post tan-
tam exercitationem concoxit, recordante, prope-
modum ad exactã scientiã intellectũ tempore per
ducit. Hæc igitur omnia etiã deficiẽtibus ab opti
mo statibus cõmunia sunt: de quibus agere non-
dum statuimus. Cęterũ optima natura, quę hic no
bis est proposita, mensuras omniũ manifestas ob-
tinet: ut quæ nec animi moribus, nec corporis in-
temperie, dictorum quicquam obturbet immutet-
ue, sed frictionis, exercitationis, ciborum, ac som
ni mensuras aperte indicet, ac tum primum quod
libet horum respuat, cum eius ultra non egeat.
Quare fuerit hoc quoq; ei qui tali corpori præfici
tur, nõ minimus modi index: dico aũt ipsam ad sin
gula quę agi debent, alacritatẽ: ceu materia ipsa in
B optimo corporis statu modũ sibimet præscriben-
te. Etenim qui optima natura sunt, & iam ad exer
citationem frictione præparant: tum demũ ad ex-
ercitãdum prodibũt, cum toto iam corpore abun
de emolliti excalfactiq; sunt. Exercitando quoq;
tum primum grauatius mouebũtur, cum satis ex-
ercitati iã fuerint. Iam à cibo & potu tũ primũ ab-
stinent, cum satis se impleuerint. Quare nullus in
hoc homine metus est nequando aut iusto plus la
boret, aut iusto plus cibis se ingurgitet, si naturæ
suæ impetus sequatur. quo fit, ut neq; prorsus pe-
ritissimum sibi pręfici is postulet, sicuti omnes de
quibus postea sermo erit, deterioris notæ homi-
nes. quippe sanũ corpus ipsum sibijpsi omnia in-
C uenit proprio naturæ suæ impetu directum: maxi
me si in ijs quę ad animũ pertinent, recte sit educa
tum. Nam multi in malis moribus à pueris educa
ti, in desidia & intẽperantia uiuentes, bonitatẽ na-
turæ corrumpunt: sicuti contra nõnulli uitiosam
corporis naturã sortiti, temperantia uitæ & appo-
sitis exercitijs naturæ uitia mutarũt in melius. Sed
de horum quidem [siue exercitationibus] siue eti
am operibus sequens liber totus componitur. De
ijs qui optimo corporis statu sunt, & qui sanitatis
tutori auscultabunt, in hoc libro agere statuimus.
Ac præcedens quidem de his sermo, ad exercita-
tionum mensurã usq; est progressus. Superest er-
go ut de generibus eius disseramus. Genera exer-
citationũ uoco luctam, pancration, pugillatũ, cur
D sum, & alia id genus: quorũ alia tantũ exercitatio-
nes sunt, alia non exercitationes solum, sed etiam
opera. Exercitationes sunt tum hæc ipsa quæ di-
cta modo sunt, tũ pręter hæc quę Græce dicũtur
τὸ πυτυλίζειν, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ σκιομαχεῖν, τὸ ἀκρο-
χειρίζεσθαι. Atq; hæc mox descriptione exponenť.
Præterea saltus, disci iactus, tum corico, folle, pi-
la uel parua uel magna, & per alteres corpus fati-
gare. Exercitia simul & opera sunt cũ fodit quis,
cum remigat, cum arat, cum uites putat, cũ onus
gestat, cum metit, cum equitat, cum armatus pu-
gnat, cum iter facit, cum uenatur, cum piscatur,
cum alia quæcunq; homines uel opifices uel non
opifices in uita usus causa exercent, facit, seu do-
mos ędificẽt, seu naues, seu ferrariã ærariam'ue fa-
ctitent, seu aratra pangant, seu tale aliquid pacis
belliue

belli'ue instrumentum fabricent. Horum aũt ple-
risq; est quando ueluti pro exercitatione tantum
utare. Quippe triplex in uniuersum ipsorum usus
est, cum interim operis tantum causa usurpentur:
interim meditationis, sed quæ ad usũ futuri sit ope
ris: interim pro exercitatiõe tantũ. Quippe ipse a-
liquãdo hyeme deprehẽsus in agro, tũ ligna finde
re, tum hordeum in pila cõtundere ac deglubere
exercendi corporis causa sum coactus. quæ nimi-
rum agrestes quotidie pro opere faciebant. De ho
rum igitur ceu operũ usu, in sequentibus: ceu ex-
ercitiorum, nunc tractabimus. Nullũ nanq; id ge-
nus exercitium aut perpetuum diem obitur, aut
alio tempore quàm ante cibum. Seruari uero tum mo
dum exercitationũ in his oportet, tum uocatam
apotherapian. Quòd si etiã idonea frictione usus,
ad ea quis accedet, iam omnes exercitationis nu-
meros impleuerit. de his igitur omnibus scientem
esse conuenit eum qui sanitatis tuendæ officio u-
tetur, quem ὑγιεινὸν Græce uocant. Licet ẽm eum
(ut ante dictũ est) aut sic Græce, aut gymnasten,
aut medicum uoces: prima tamen appellatio ma-
xime propria est, reliquæ per abusum. Nam si ar-
tifex quisq; ab arte quam tractat, deflexũ sortitur
nomen: patet eum qui ὑγίειαν, id est, sanitatẽ tuen
dam profitetur, merito ὑγιεινὸν appellandum: ita
nimirũ, ut qui γυμνασίοις, id est exercitationi tan-
tum præest, gymnasten: & qui morbis medet, me-
dicum. Quod siquis hũc ipsum uel gymnastẽ uel
medicũ pro ὑγιεινῶ appellasse uolet: tũ à parte to-
tum, tum uero nec proprie nominabit, sed abusi-
ue, uel ambigue, uel quõcunq; aliter dixisse uelis,
appellationẽ faciet. Huius rei causa est, quod cũ una
sit ars quæ corpori tuẽdo præsideat: unicũ ei pro-
prium nomen nõ est. De quibus omnibus uberius
singulari libro egimus, quẽ Thrasybulũ inscripsi-
mus. Ac genera quidẽ exercitationũ sunt ea quæ
diximus: qualitas uero, seu differentia (nam & hãc
quoq; utroq; modo appellare licet) uelocitas, tar-
ditasq; mouendi sunt: præterea quod aliud robustũ, a-
liud (ut ita dicã) imbecillum est: ad hæc, uehem en
tia, & leuitas. Vtendi uero rationes omniũ prædi-
ctorum generũ unà cũ differentijs proprijs huius-
modi sunt. Nã aut perpetuus motus est, aut inter-
cisus. & si perpetuus, æquabilis, aut inæquabilis.
Sin intercisus, aut certo ordine, aut citra ordinẽ.
Hę igitur utendi ratiões ab ipso negocio capiunt.
Quę uero ab ijs quæ extrinsecus sunt posita, dicũ
tur, eiusmodi sunt, quod aut sub dio exercitatio fit,
aut sub tecto, aut in mista umbra, quã ὑποσυμμιγῆ
Gręci uocãt. Item quod aut calens locus est, aut frigi-
dus, aut media temperie. Pręterea aut planè siccus
aut humidus, aut medio modo attẽperatus. Simi-
liter illę quoq; utendarũ exercitationum rationes
quædã sunt, quod cum puluere exiguo multóue usur
pentur, item quod cum oleo exiguo multóue, aut eti-
am sine utroque administrentur. Quoniam ergo
enumerata à nobis uniuersa sunt quorũ peritum
esse oportet qui sanitatem tuendam profitetur, ad
psa nunc ex ercitationum genera non intempesti

A ueredibimus. Ac primum docebimus tum quid
omnibus sit cõmune, tum quid singulis propriũ:
hinc frictionis ipsius tẽpora definiemus. Ergo o-
mnis exercitationis commune illud est, quòd ani-
mali ipsi ex ipso caloris argumentũ excitat. Quip
pe calefiunt corpora nostra & balneis, & calidarũ
aquarum lauacris, & cum per calidiores tempesta
tes insolamur, & cum igni fouemur, & cum cali-
dis medicamentis persricamur. Cæterum ab ex-
terno est omis eiusmodi calor adscitus, nec de pro
prio principio, sed aliũde accensus auctusq;. Exer
citando uero, insiti caloris augmentũ animalibus
ex ipsorũ corporibus excitatur. Atq; is omnium
exercitationum communis effectus est, proprius
tamen earum effectus non est, si modo & iratis, et
B perturbatis, & pudore affectis naturalis etiam ca-
lor augetur: quanquam ira haudquaquã auctus,
sed ueluti feruor est caloris in corde. Itaque etiam
essentiam eius uel probatissimi philosophorum ta
lem esse affirmant. Quippe accessoriũ iræ est, non
eius essentia, ultionis appetentia. Verecundis au-
tem augetur insitus calor, dum primum intro se re
cipit uniuersus, deinde postquam in alto corporis
est collectus, & ex ipso inibi congestu, & ex assi-
duo motu incrementum capit. Non enim quiescit
pudore affectorum spiritus, sed tum ab interno,
tum circa se, unà cum toto sanguine uarie circum
agitur, ita planè, ut spiritus eorum qui perturban-
tur. Dicetur autẽ in progressu latius de omnibus
eiusmodi animi affectibus. Ad præsens enim pro-
C pterea quòd commune symptoma tum hos ipsos
affectus, tum exercitationes excipit: dũ omnis ex-
ercitij cõmunem esse natiui caloris auctum osten
derem, idq; de externo, & à se, non tamen solis ex
ercitationibus inesse, sed pariter dictis modo affe-
ctibus, coactus sum obiter & de his meminisse. Iã
singulas exercitationũ seorsum persequi tempesti
uum uidetur: illo præsertim prius significato, quod
in his quoq; complures differentiæ inueniantur.
Quippe interim aliam partem, aliud alio magis ex
ercitium fatigat. Et quædam lente motis fiunt,
quædam ocyssime agitatis, & quædam robore ac
nixu adhibitis, quædam sine his: ad hæc, quędam
cum robore pariter & celeritate, quædam langui-
de. Ac quod uiolenter quidem sine uelocitate ex
D ercetur, εὔτονον, id est ualẽs uoco. quod uiolẽter &
cum celeritate, σφοδρὸν, id est uehemẽs. Violenter
aũt, robustéue dicere, nihil referat. Fodere ergo,
ualens robustaq; exercitatio est. Simili modo &
siquis quatuor simul equos habenis coerceat: im-
pense robusta exercitatio est, nõ tamẽ celeris. Tũ
siquis maximo onere sublato aut eodẽ loco mane
at, aut paululũ procedat. Iam accliuis inãbulatio,
huius quoq; generis est. Attolluntur enim eo mo
tus genere, & ueluti onus sustinent ab ijs quę pri
mum mouẽtur, reliqua corporis membra uniuer
sa. Præterea siquis per funem manibus apprehen-
sum scandat, sicuti in palestra pueros exercẽt qui
eos ad robur præparãt: quinetiam siquis fune arre
pto, aut etiã pertica, sublimis ex ea pẽdeat, ac diu

teneat:robuſtum is ualidumq́ laborem exercet, citra tamen celeritatē. Ita uero & ſiquis manibus in pugnum reductis, ijſdem prolatis, uel in altū ſublatis, diutiſſime eodem habitu conſiſtat. Quod ſi adhibitū quempiam deducere ſibi manus iubeat, nec tamen ipſe remittat; uel impēſius hic tum muſculos omnes, tū neruos ad robur cōparat, ut quorum maxime propria ſunt om̄ia id genus exercitia. Idq́ multo certe magis fiet, ſeorſum ſiquis ſummis manibus, utraq́ apprehenſo pondere (cuiuſmodi ſunt qui in palęſtra alteres dicuntur) porrectis his, aut in ſublime erectis, eodem habitu perſiſtat. Iam ſi etiā cuipiam iuſſeris ut te uiolēter detrahat, inflectatq́, dum ipſe nō manibus modo, uerumetiā cruribus ſpinaq́ conſtās inflexusq́ reſiſtas: non leuē ad membrorū robur exercitationē B obieris. Sanè hoc genere Milonem ipſum exercitaſſe ſe ferūt, dum aliàs conuellere ſe mouereq́ de loco uolenti permitteret (uerū hæc crurū maxime exercitatio fuerit): aliàs, utiq́ ſi manus exercitandas curabat, pugnū aperire iuberet. Idem (ut aiūt) malum punicū, aut tale quippiam manibus cōplexus, auferendum cuiuis præbebat. Hæc igitͬ exercitia maximi roboris tum oſtentationē, tum exercitationem cōtinent. Robur aūt partiū tum exercet, tum uere firmat, et ſi quis alterum complexus medium, aut etiam ipſe medio cōprehenſus, manibus digitisq́ pectinatim iunctis, aut quem cōplectitur, abſoluere ſe iubeat, aut ipſe ſe à cōplectente ſoluat. Ita etiā & ſi quis alterū qui uerſus ipſum ſe inclinet, à latere aggreſſus, ilia manibus cōple C xus, ceu onus aliquod ſublatū inuicem protēdat, reducatq́: ac magis ſi dum geſtat, ipſe nutu renutuq́ corporis utatur: ſic nanq́ ſpinam uniuerſam ad robur comparauerit. Aeque uero qui pectoribus ex aduerſo innixi, magno ſe conatu inuicem retrudunt. Etiam qui à ceruicibus pendentes, deorſum trahunt, ad robur præparant. Cæterum talia omnia exerceri citra palęſtram, aut copioſum puluerem queunt, quocunque conculcato loco erectis ac ſtantibus. Quæ uero luctantes inter ſe moliuntur, cum robori augendo ſtudent, hæc aut puluerem altum, aut palęſtram deſiderāt. Ea ſunt eiuſmodi: cum uterque luctantium ambobus cruribus alterum alterius crus complectitur, deinde D manibus inter ſe collatis, altera ceruici uiolenter incumbat, utique quæ è regione impediti cruris eſt, altera brachio. Licebit & circa ſummū caput manibus iniectis uiolenter retrorſum ſe agat ac reuellat. Eiuſmodi lucta, utriuſque luctatoris robur exercet: quemadmodum & ea quę altero alterum cruribus cingente, uel ambo per ambo mittente, fiunt. Nam hæc quoq́ utrunque ad robur præparant. Infinitæ aliæ eiuſmodi robuſtæ exercitationes in palęſtra ſunt. Quorum nimirum omnium peritiam uſumq́ pædotriba callet, ipſe ſanè ſic à gymnaſte diuerſus, ut à medico coquus. quod ipſum quoq́ ad perpenſionē æſtimationemq́ ſe offert. At dictum quidem iam de hoc eſt in eo libro qui Thraſybulus inſcribitͬ. cæterū dicemus & nūc

A quod ſatis ad præſentem ſit diſputationē: uerum ſi prius exercitationum uarietates abſoluero. quarum quæ robuſtæ ſunt, quasq́ εὐτόνους Græci uocant, dictæ iam. Supereſt ut de ijs dicamus quę celeritate peraguntur, citraq́ robur & uiolētiam. Id genus ſunt curſus, & umbratilis armorum meditatio, & cum duo ſummis manibus concertant, ἀκροχειρισμὸς Græci uocant. tum quæ per corycū & pilam exercitatio fit, utiq́ cum à diſtantibus & currentibus adminiſtratͬ. Eius generis eſt & quod ἐκπλεθρίζειν Græci dicunt, & quod πιτυλίζειν. Eſt autem ἐκπλεθρίζειν, cum in plethro, id eſt, in ſexta parte ſtadij quis prorſum retrorſumq́ue uiciſſim, idq́ ſępe, in utranque partem ſine flexu curſitans, unoquoque curſu breue quiddam de ſpatio demit, quoad denique in unico greſſu conſtiterit. πιτυλίζειν uero, ſiquis ſummis pedibus ingrediens, tenſas in ſublime manus, hāc antrorſum, illam retrorſum celerrime moueat. Hoc uero exercitamēto maxime ante parietem ſtantes uti ſolent: quò, ſiquando aberrent, facile pariete apprehenſo erigantur. Sed ſic exercitatorum ut error magis latet, ita exercitium ipſum fit imbecillius. Celeres uero motus ſunt, citra tamen uiolentiam, & qui in palęſtra eduntur, circūuolutis humi nobis uel ſolis, uel cū alijs. Licet aūt & erectis, tum circumactis, ac uelociter propè adſtantē mutantibus, celerem exercitationē peragere. Poteſt & ſolis cruribus, idq́ erectus, ac uno loco conſiſtens celeriter exerceri: ſubinde quidē retro tantū reſiliens: interim uero crurum utrunq́ uicibus referens. Quin & per manus exercitatione celeri tantundē ualente uti datur, idq́ citra ullos alteres: utiq́ ſi frequentiæ celeritatiq́ motus earū impenſę incumbas: ſiue has in pugnum ductas, ſiue explicatas mauis. Ac eiuſmodi quidem celeris exercitatio eſt, in quibus dixi ſpeciebus cōprehenſa. Reliquū eſt ut ad uehementem ueniamus. Ea uero ſicuti prædictū iam eſt, ex robuſta celeriq́ compoſita eſt: quando quas robuſtas diximus, ijs omnibus ut uehemētibus uti licet, motus modo celeritatē adijcias. Nō in poſtremis uero uehementes hæ ſunt, fodere, diſcum mittere, ſaltare, idq́ continuato ſine intermiſſione opere: ſimiliter graue quoduis telum iaculari, cōtinuatis ſibi quàm maxime iactibus: aut graui armatura tectum celeriter agitari. Et qui aliquo quidem talium exercētur, intermittere paululum ſolent. Atq́ hoc loco inter aſſiduam interpolatamq́ exercitationem differentiam noſcas licet. Quas enim modo retulimus, uniuerſæ morula interpoſita magis uſurpari ſolēt, ac potiſſimum quę labores operaq́ ſunt, nedū exercitia, ut foſſio, & remigatio. Quæ uero remiſſiores exercitatiōes ſunt, eæ ſine interpoſita quiete magis fiunt, ueluti cōtinuatus diu curſus, quem Gręci dolichon uocant, & iter facere. Hęc igitͬ omnia exercitationū genera ſunt, quæ & modo dictas differētias habēt & ſupra has ꝙ alia lumbos magis quàm brachia cruráue exercent, alia ſpiram totam, aut pulmonem tantum, aut thoracē tantum. Quippe iratio

curſusq́

cursusq;, cruru exercitationes sunt: acrochirismi, A
& sciamachiæ, brachiorum ac manuum propria.
Lumborum aũt, assidue se inclinare, ac rursus re/
uocare: idq; aut pondus aliquod à terra tollentem,
aut assidue in manibus sustinẽtem. Sunt & qui de/
positis ante se alteribus, ulnæ interuallo distanti/
bus, postea medij ipsi stantes, inclinãt se, atq; attol/
lunt dextera quidem eum qui ad sinistram iacet, si/
nistra qui ad dextram: tum rursum utrũq; in suum
locum referunt. Atq; hoc identidem deinceps faci/
unt ijsdem uestigijs insistentes. Hic uero motus
transuersas spinę partes magis exercet, sicuti prior
ille rectas. Thoracis uero et pulmõis maximę respi
ratiões propriæ exercitationes sũt. Maxima uero
uox supra iam dicta, uocis quoq; instrumenta om
nia permouet. quorum enumeratio in ijs quæ de
uoce edidimus, habetur. Quoniam aũt huc produ
cti sumus, non alienũ si de omnibus animalis par/
tibus tradere, & quæ motus euidentes, & quæ le-
ues & obscuros obtineant: quæ rursus à se moue/
antur, quæq; ab alijs. Quippe eiusmodi discretio
non paruam commoditatem gymnastæ afferet ad
omnia animalis mẽbra mouenda, alias à se, & pro/
pria uirtute: alias ab alijs, & per alienam. Quæcũq;
ẽm uoluntate suscipiuntur actiones, eæ musculo/
rum neruorumq;, & quos aliqui tendones, græci
τένοντας uocant, propriæ sunt. Eædẽ tamen si ma/
iore ui & celeritate fiunt, primum quidem & ma/
xime dictas iam partes, ex accidenti uero etiam ar
terias exercent. cum prædictis uero ossa, uenę, car/
nes, ligamenta, & cæteræ omnes animalis partes
unà mouentur. Reliquorum uero motuum qui in
animalium corporibus noscuntur: quicunq; non
communi uoluntate suscipiuntur, sed uel natura/
les sunt, uel pro animi affectibus edũtur, duplices
hi genere sunt. alij ẽm cordis & arteriarum, alij ue/
narum & iocinoris actiones sunt: atq; horum qui/
dem primum & maxime: secundo loco reliquarũ
omnium partium: quandoquidem quatuor natu/
ralibus facultatibus omnes gubernantur. Ac arte/
riarum quidem cordisq; motus nũquam sanè om/
nino intermittuntur: cæterum magnitudine, par-
uitate, uelocitate, tarditate, & uehementia, uarie
intenditur atq; remittitur, idq; multis ex causis:
quas omnes in opusculo quod de pulsuum causis
conscripsimus, percensui. nunc summa tantũ capi D
ta delibasse sat erit. Vna igitur mutandi pulsus cau
sa est naturalis caloris auctio, diminutioq;. Altera
causa est quæ ex animalis spiritus mutata quanti/
tate spectatur. Tertia, quæ ex firmitate infirmitate
q; naturalis uirtutis accipitur. Quarta, quæ ex in/
strumenti ipsius malo affectu æstimatur. Verũ de
hac disserere non est huius loci. Iam enim ægrotet
animal necesse est in eiusmodi affectibus: cum re/
liquæ omnes pulsus mutationes etiam in sanis spe
ctentur. Quæ igitur ex aucto diminutoq; naturali
calore mutatio oritur, ea pro anni tempore, nutri/
mento, potione, balneo, frictione, somno, & uigi/
lia, itemq; animi affectibus, & actionibus uolunta
te susceptis, incidit. Quę uero ex animalis spiritus
alteratione nascitur, ea pro motus qui uoluntate
consilioq; initur (καθ' ὁρμὴν, græce uocant,) diffe/
rentijs uariatur. Quæ ex uirium firmitate infirmi/
tateq; oritur, pro substantiæ ipsius cordis & arteri
arum bono cõtrarioue temperamento contingit.
Porrò uenarũ opus unà cum alijs instrumẽtis uni
uersis quæcunq; natura ad alimenti dispensationẽ
excogitauit, pro cibo potioneq;, tum uero pro di/
stributionis in corpus, & cõcoctionis, & nutricati
onis ratione uariatur. Huius uero mutationis arte
riæ quoq; participes sunt. Qui uero motus, actio/
nes nõ sunt, horum triplex diuersitas intelligitur.
Alij nãq; animantibus ex seipsis insunt: alij extrin
secus adueniunt: alios medicamenta proritant. Et
ex se quidem animalibus insũt ij quos ante memo
raui. Extrinsecus uero accedũt qui nauigãdo, equi B
tando, aut gestando siue uehiculo, siue lectulo pẽ
dente, siue cunis agitatis præstantur, siue per nutri
cum ulnas, ut infantibus: extrinsecus præterea ad/
uenientiũ & frictio sit. Nonnulli tamẽ motus mi-
sti planè sunt, ueluti equitatio. Non ẽm ut in uehi/
culis, præsertim in quibus stratus quiescas, ita etiã
cum equo insideas accidit ut à gestãte tantũ agite/
ris, ipse nihil agas: quin spinã erectã sustinere, tum
utrisq; fœminibus equi costis firmiter hærere, &
crura extẽdere oportet, etiã ante ꝓspicere. In quo
non modo uisus, sed etiã collũ laborat, præcipue
tamen uiscera hoc genere agitantur. Porrò ea sali/
entibus quoq; æq; dimouentur: uerũ ijs qui uehi/
culo gestantur, non æq;. Quare siquis uiscera quæ C
sub septo sunt, mouere uiolentius uelit: & prædi/
ctos labores adeat: & præterea ad frictionem quæ
per circuniectã fasciã administratur, accedat. Sta/
tuatur aũt oportet is qui fricat, à tergo: qui modo
in dextrã, modo in sinistram manus inijciat: accli/
nante apprimenteq; has ipsas partes ipso qui frica
tur. Sane concutiunt nonnihil ea quæ sub septo ui
scera sunt, et maximæ tũ respirationes, tum uoces:
pari modo efflatus & qui per se fiunt, & qui cũ co/
hibito cõpressoq; spiritu tum in tibiarũ sono tum
uoce adhibentur. Iam ipsa spiritus cohibitio, exer/
citatio quædã musculorũ est, non minus certe eo/
rum qui in abdomine, ꝗ qui in thorace insũt. Ve/
rum de hac post agetur, utpote quæ supra alia quę
modo retulimus commoda, etiam aliam gratiam
non leuem præstat: cuius nimirum causa ad finem
eam exercitationis adhibemus. Verum ad propo/
situm redeundum, nempe ꝗ non pauci ex ijs mo/
tibus qui partibus animalium accedunt, nec parti
um ipsarum actiones sunt, nec earum actiones se/
quuntur: sed ab alijs & per alia perficiuntur: ueluti
in uehentibus, nauigantibus, perfricandis, purgã/
disq; per medicamẽta tum uomitoria tum aluum
ducentia fit. Verũ eiusmodi motus, huius de tuen-
da sanitate artis non est. Reliqui omnes & potissi/
mũ ij qui ex frictione fiunt, in primis necessarij co/
gnitu huius artis præsidi sũt: quippe ad cuius pro/
fessionẽ spectat omnium motuum uires nouisse.
Sicuti (reor) ad opifices ipsos spectat singulos par
ticulares motus nosse. Hi nanq; uarietatem quę in

materia eſt, norunt: Gymnaſtes uirtutis ſingulorū A
ſcientiam habet. Etem̄ ſiquis me iubeat ut hoplo-
machicos, id eſt armorum meditatiōis motus, uel
alium doceam, uel ipſe concinne peragam: ſanè u/
numquemlibet eorum obire cōmode nequeā. At
ſicui me hoplomachicorū cum agit adhibeas: non
modo quam uim obtineat actionum quęlibet, ſed
etiam quam maxime partē exercitet, omnibus il/
lis certius norim. Immo uero (ſi uerum ingenue fa
teri oportet) hoplomachicus nullius earum uim
reddat. Qui exercitationum artem probe callet, is
omnes nouerit, ſingulas ad certos referens fines.
Nanq; aut uiolentæ quędam ſunt, grauesq;, ac ro/
buſtæ: aut leues, celeres, & concitatæ: aut pariter
uiolentæ & celeres. Has igitur obiter dum agi cō/
ſpicit, ſtatim uiſas facile dignoſcit: atq; hoc ampli/ B
us quænam crura, brachia, uel thoracem actio ex/
erceat: quæ lumbos, caput, ſpinam, uel uentrem:
quæ demū aliam quāuis partem egregie pręter cę/
tera fatiget. Hoplomachicus em̄ apte numeroſeq;
motus peraget celeres fortaſſe, robuſtos, ac gra/
ues: cæterū q́ denſent aut emacient eiuſmodi mo
tus, parum nouerit. Pari modo nec q́ carnem au/
gent & rarefaciunt motus tardi. Iam idem robuſte
ſimul & tarde et grauiter mouebitur, nec tamen q́
iſtiuſmodi motibus corpori robur & grauitatē ac/
quirit, intelligit. Aurigandi quoq; peritus omnes
motus particulares numeroſe apteq; & ad uſum
cōmodiſſime explicabit: ſed qui horū corpus ema
cient, aut carne impleant, robuſtum, uegetū, mol/
le, durū, dēſum, rarūue efficiant, omnino ignorat. C
Ita & qui pila exercere inſtituit, (σφαιριστικὸν uo/
cāt) omnem pilæ iactum exceptūq; callet: minime
tamen quem corpori affectū hi comparent, nouit.
Pædotriba quoq; quicquid in palæſtra motuum
geritur, pernouit: quid quiſq; motus efficere que/
at, ignorat. Et (ut ſemel dicam) omnes homines,
artifices iuxta inertesq;, quos corpore motus ex/
ercent, eorum ignorant uires, ſaltatores, nautę, fa/
bri tum materiarij, tum ferrarij, piſcatores, agrico/
læ, ædificatores, ſutores, omnes deniq; qui quid/
uis moliuntur. At gymnaſtes ex ijs quæ ante retu/
li principijs, cuiuſuis actionis, etiam eius quā nūc
primum, nec ante, conſpexit, uim tenebit: ueluti
ſtatim ſaltantium præuegeti motus. in quibus ni/
mirum q́; maxime ſaliunt, ac celerrime circumacti D
uertuntur, & genu prius poſito mox emicant, &
crura tum attrahunt, tum maxime diuaricant. &
ſummatim, in quibus ocyſſime mouentur, graci/
le, muſculoſum, durum, cōpactum, pręterea uege
tum corpus reddunt. At remiſſi tardi & languidi
motus, non ſolū non eiuſmodi corpus quale nunc
diximus faciunt, ſed contra ſi natura muſculoſum
& uegetum ſit, diuerſam omnino affectionē indu/
cunt. Quod igitur mox diximus pædotribam ita
eſſe gymnaſtæ miniſtrum, ut medici coquum: id
nunc quoq; oſtenſum eſt. Quippe coquus betam,
lentem, aut ptiſanam aliàs alia ratione præparat:
nec tamen quod præparauit, quam uim obtineat
intelligit, aut quænam præparandi ratio cenſenda

A ſit optima. At medicus nihil horum ita ut coquus
parare eſt potis: uerum quicquid præparatum ſit,
eius uires probe callet. Ergo gymnaſtes propoſiti
nobis adoleſcentis, utiq; qui optimū corporis ſta/
tum eſt ſortitus, omnium quidem exercitationum
uires pernouit: deligit uero ex omni genere quod
moderatum mediumq; inter utrūq; exceſſum eſt.
Nam neq; celeris tardęue exercitationis optimus
ſtatus eget, ſed planè mediocris ac mediæ. nec rur
ſus uiolentæ & uehementis, nec remiſſæ & lāgui/
dæ: immo in his quoq; mediocre optimū eſt: quā/
do non alterare, ſed planè ſeruare optimum corpo
ris ſtatum conuenit. Siue igitur armis eiuſmodi a/
duleſcentem exercitare gymnaſtes uelit: peritiſſi/
mo totius meditatiōis armorum adſcito, eum om/
B nes ſibi promere actiōes iubebit. mox ipſe eliget,
ac diſcernet, imperabitq; quibus earum ſæpe, qui/
bus raro, quibus mediocriter, quibus aut nunquā,
aut ſemper exercitari eum uelit: quippe quem late
re non poteſt quæ quodq; membrum exercitatio
magis agitet, quæue cuiuſq; exercitationis quali-
tas facultasue ſit. Siue folli pilàue exercitare ſtu/
det: hic quoq; rurſus tum genus, tum qualitatem,
tum modū actionis inueniet: ipſo follis pilæue pe/
rito, pro miniſtro adhibito, quò illi omnē eius ge/
neris actionum materiam indicet. Nam ipſius pro
priæ cuiuſq; artis materiæ, gymnaſtes, quà gym/
naſtes, omnino eſt ignarus: uerum ubi ſemel inſpe
xit, non ſolum qualitatē, ſed etiam uim eius proti/
nus intelligit. Quamplurimos em̄ ipſi ex ijs qui/
C bus imbecilliores quædā corporis particulæ erāt,
unde crebris in his urgebātur morbis, unius gym/
naſticæ ope reſtituimus: neq; tamen omnes pro/
prijs exercitationibus, ſed ſiue quis ſaltator erat,
ſiue hoplomachicus, ſiue pancratiaſtes, ſiue lu/
ctator, ſiue alio quouis genere exercitatus, iuſſo
eo magiſterij ſui motus coràm promere: mox ap/
poſitiſſimis unà cum tempore & modo delectis.
Verum de correctione id genus, procedente tra/
ctatu agemus: ea ſcilicet operis parte in qua de ui/
tioſis corporū ſtatibus diſceptabitur. Nunc opti/
me cōparato corpori ſuum ſtatum tueri propoſui/
mus. Porrò huic ex omni genere mediocritas ad/
hibenda eſt, frictiōe, exercitatiōe, balneo, cibo, ſō/
no, ita ut nec durior illi, nec mollior habitus corpo
D ris reddatur. Quippe hic ab extrinſecus imminen/
tibus facile offenditur: ille corporis inhibet auctū.
Præterea nec denſior, ne uidelicet in carne excre/
mentorū aliquid hæreat: nec rarior, ne qđ eſt ſalu/
bre effluat. Simili modo, ſiquidē optimo habitu e/
rat, nec ſolito gracilior, nec craſſior: cū cōſtat graci
litatē externis iniurijs, craſſitudinē ijs quę interne
ab ipſo corpore ꝓueniunt, eſſe obnoxiā. Pari mo/
do neq; calidius, frigidius, ſiccius, uel humidius ef/
ficere eiuſmodi corpus expedit, ſiquidē inculpato
tēperamento erat. Vnū igitur eſt qđ in ita ſe habē/
te corpore eſt ſpectandū, nempe in omni tuēdæ ſa/
nitatis materia, quod conueniens medio creq; eſt.
Porrò id eſt inter utrunq; exceſſum planè mediū.
Quemadmodum aūt huius maxime ſis compos,
ſupra iam

supra iam dictum est. Cæterum de ijs quæ maxime necessaria sunt, uel sæpius meminisse non sit profecto inutile. Prima ergo dies crassiorem cõiecturam præbebit, secunda uero, tertia, quarta, & reliquarum quælibet, pro ratione magis exactam. Quippe in prima die omnia tibi pro dictis iam scopis sunt peragenda. Exuat se, sicut Aegimius pręcepit, ubi in lotio iam perfecta cõcoctio cernitur. Mox frictionis ratio huc spectet, ut membra molliantur. Docebit id tum floridus colos, qui in sũma cute residebit: tum artuum flexibilitas, habilitasq; ad omnem motũ. Post hæc exercitetur, dum & corpus intumescit, et color illi floridus apparet, & motus prõpte, æquabiliter, & concinne edit. Inter hæc uero sudorem cum calido uapore mistum cernes. Inhibenda uero exercitatio tum primũ est, cum aliquod horum fuerit mutatũ. Quippe si cõtractior paulo corporis moles uidebitur, desistendum illico est. si ẽm ultra quid pergat, etiam boni succi nonnihil educetur: atq; ita tum gracilius corpus fiet, tum aridius, atq; ad incrementum minus habile. Non minus profecto & si coloris gratia uanescat, cessandum est: quando si exercitationẽ cõtinues, frigidum corpus efficies, & nimiũ exhauries. Iam motuum alacritas, æquabilitas, uel concinnitas si remitti quippiam collabiq; cernitur, utique statim desinere conueniet. Itidem si in sudore accidat ulla qualitatis eius quantitatisúe mutatio: quippe quem & copiosum magis, & magis incalentẽ edi par est, prout motibus uehementiæ plus accesserit. Cum igitur is aut minor intelligitur, aut frigidior, tum scias digeri exhauririq; corpus, pręterea refrigerari ac siccari plus iusto. Quo magis solicite attendendum exercitando corpori est, ut cum dictarum iam notarum quælibet apparet, ꝓtinus cesset. Nec tamen protinus lauatum ablegãdum est, sed summam exercitatiõis intentionem, quam ἀκμὴν grece uocant, remittere sistereq; iubebitur. Quòd si ilia cohibendo anhelitu implere uelit: perfundi oleo, atq; apotherapia ut deinceps debebit. Porrò ea cuiusmodi res sit, simul qui sint in ea scopi, & quæ mensura, præterea quibus absoluatur tum motibus, tum frictionibus: sequenti libro monstrabitur. præsentem ẽm, utpote satis uerborum habentem, iam cõmode uideor finiturus: si modo illud unum adiecero, lauacrum quod omnino medio temperamento sit, ad propositam ętatem naturamq; esse eligendum. Propositum nãq; est, si recte meminimus, tertiũ à natiuitate septẽnium, id est quod inter quartumdecimum ac unum & uigesimum annos interuenit. Quo utiq; frigida lauari adolescentem adhuc nolim, ne incremento eius (cui plurimum est cõsulendum) sit in mora. Vbi uero iustam magnitudinem impleuit, etiam de frigida lauatione aliquid dispiciemus. Simili ratione & de exercitationibus quæ in puluere obeuntur, exquisitius in sequenti sermone agemus. In præsenti illud nouisse satis erit, ne puluere quidem huic opus esse: modo illi in qua exercitabitur, domus ad eum modũ quem inter initia præ

A cepimus, præparata sit. Verum si calidior sit, tum puluere utendum. At eo si utetur, omnino erit lauandum. Sin non utetur, liceat & illotum dimittere, præsertim hyeme. Post hæc uero & quæ ad cibum, potionem, somnum, ambulationemq; pertinent, coniectanda huic sunt qui adolescenti præficitur: & in sequentibus à nobis dicentur. Verum fieri non potest ut modi horum primo saltem die ratio illi exacta constet. secundo, ubi exploratũ habuerit quomodo post quot exercitationes nutritus adolescens sit: si propriũ naturæ habitus prorsus seruare uiderit, eodem seruato modo tum nutriet adolescentem, tum exercitabit. Sin non seruauerit: quacunq; ratione à pristino habitu est lapsus, reducere eum mutata mensura tentabit: itaq; B facere non desistet quoad in singulis peragendis exactum modum definierit. Quot uero, & qui sint præter naturam lapsus, ac quemadmodum quemlibet tum agnoscere, tum reparare conueniat, in sequenti opere docebitur.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER TERTIVS

THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE

C MEdicorum gymnastarumq; qui de sanitate tuenda prodiderunt, alij omnium hominum cõmunia præcepta tradiderunt, nihil usquam cogitantes de corporum nostrorum per species differentia. Alijs dissidere inter se corpora nostra nõ paruo discrimine, placuit: eorum tamen differẽtias, ceu cõprehendi planè uniuersæ nequeant, consulto omiserunt. Pauci omnino qui per species & genera discernere sunt aggressi, plura perperam q̃ recte scripserũt. Nos primo statim uolumine quot numero species humanorum corporum sint indicauimus, promisimusq; singulis propria tuendæ sanitatis præcepta seorsum tradituros. Orsi autem sumus ab eo corporis statu in quo queri de ullo naturæ uitio non possit. Quoniam aũt is homo negociorum interdum occasione, uel sponte, uel inui- D tus pro secundæ ualetudinis præceptis uiuere prohibetur: satius uisum est primum eum liberum, suæq; planè spontis, ac uni corporis ualetudini uacãtem, proponere. Ac quemadmodum quidem educari eiusmodi hominẽ conueniat, primo libro docuimus, ad quartumdecimum usq; annum curam eius persecuti. Secundo qua ratione ad uirilẽ ætatem duci debeat, indicauimus: ubi longior sermo incidit, postquam in cõmunia artis capita deuenit, sine quibus ne de proposita quidem ętate naturaq; exacte disserere licebat. Omnes ẽm tum frictiõis, tum exercitationis differentias enumerauimus, non mehercle particulares, (nisi sicubi has exempli causa non necessitatis referre ex usu fuit) sed quæ genere ac specie sunt distinctæ. Ergo in frictioni-

frictionibus quidem quam mollis duraq; & ante has mediocris facultatem obtineant, interpretati sumus. Adiecimus & differentias quæ à quantitate sumuntur, numero tres: mox quæ ex coniugatione harum oriuntur: omnes in toto numero nouem: etiam potestate singularum exposita. In exercitatiõibus uero enarratis quænam acuta ueloxq; uocetur, quænam hebes tardaq;, ac quæ harũ mediæ primæq; natura saltem sint, itemq; quæ ualẽs ac mollis, præterea grauis leuisq;, queq; harũ sunt medię, simili modo tractatis, docuimus optimum corporis statum per omnia quæ mediocria cõuenientiaq; sunt, queq; eadem media planè excessuũ sunt, agi debere: idq; tum in frictione, tum exercitatione, tum balneo, tum alimento, omnibus denique quæ salubrem uictus rationem cõplent. pollicitiq; sumus sicuti de frictione exercitationeq; fecimus, ubi in genera quædam cõmunia speculatione reuocauimus, quò simul recordatu facilis, simul certa ratiõe uiaq; tradita doctrina esset: ita & in reliquis omnibus facturos: ac primum quidẽ de ea quam apotherapian uocant, acturos: quandoquidem ea proximo loco tractando in superiorib. est proposita. Quippe ubi quousq; intendere augereq; exercitationẽ oporteat, quod ad sanitatis rationem pertinet, pręcepimus: finem quoq; sequi debere diximus apotherapian. de qua nũc agamus. Est igitur primum ea genere duplex. Altera quidẽ exercitatiõis ceu pars, altera eius ceu species. Ac de ea quidem quæ ceu species censetur, post dicemus. De ea uero quæ ut pars habetur, nunc agendum. Omnis exercitationis probe peractæ postrema pars apotherapia dicitur. Ea duplici cõsilio suscipitur, & ut excrementa expurget, & ut corpus à lassitudine tutum reddat. Prior causa etiam exercitationi cõmunis est: quando eius quoq; duplex omnino propositum est, & ut solidas animalis partes firmet, & excremẽta expurget. Proprius tamẽ apotherapiæ scopus est, ut lassitudinem quę succedere immodico exercitio solet, summoueat atque prohibeat. Ac athletis quidem, [& alijs qui opere corpus fatigant,] sicuti qui uel fodiunt, uel iter agunt, uel remigant, uel tale quippiam opus uitę necessarium obeunt: præstò lassitudines adsunt, nisi apotherapia deuitentur. Verum, de quo hoc loco agimus, optime cõparatum corpus, quod ab omni seruitute est liberum, & uni sanitati uacat: raro lassitudine tentatur. Sicuti ẽm athletę, quos labor maximus exercet, nullo alio exercitãdi genere obnoxij lassitudini sunt, præterquam eo quod ab ipsis absolutum dicitur: ita nec qui uitam degunt liberam, & qui tantum ualetudinis tuendæ gratia exercitantur, usquã lassabuntur, propterea ꝙ huiusmodi exercitium adire nulla necessitate cogũtur. Athletis ẽm necesse est (quò uidelicet ad immodicos in certaminibus labores etiam totũ diem aliquando continuatos præparato iam corpore sint) absolutissimũ illud exercitiũ (ipsi κατασκευὴν uocant) aliquando obeant. Verum qui tantum tuendæ bonę ualetudinis causa exercitantur, ijs nec

A necessum nec utile planè est immodicos labores adire: itaq; his nullus instat lassitudinis metus. Nihilo secius tamen ijdem apotherapia utentur, etsi nullo lassitudinis timore, at certe excremẽtorum purgandi causa: cui ex pleniore (ut græci loquuntur) mensura, etiam lassitudinis securitas accedit. Nam & si ipse exercitationis modus his est à lassitudine ꝗ maxime alienus, actionisq; omnis ratio planè citra uiolentiam: fieri tamen aliquando potest ut gymnasten in utroq; paulum quid subterfugiat: quod neglectum, si non magnam, certe leuẽ exercitato lassitudinem concitet. Cæterũ non cõuenit qui sibi uiuat, & uni corporis sanitati uacet, ut uel minimum lædatur usquam. Tutissimũ itaq; sit apotherapia semper uti. Quæ qualis adhibẽda B sit, ipsa finium ad quos tendimus, demonstrabit natura. Nam quoniam id petimus, ut solidarũ animalis partium excrementa quæcunq; excalfacta extenuataq; per exercitationem in corpore adhuc manent, prorsus eijciantur: & frictiones quæ per alios administrentur, adhiberi oportebit, & cum his unà tum ipsarum quæ fricantur partium tensionem, tum etiam spiritus cohibitionem. At quoniam nec frictionũ unica ratio est, nec spiritus cohibendi: deligendũ ex utroq; genere est quod utilissimum est. Atq; ex frictionibus quidẽ, quæ dura est, cogere corpora, hoc est densiora simul durioraq; reddere traditum iam est. Itaq; hæc ad res propositas parum est accõmoda. siquidem quod densatur, intra se cludit. quod laxum fit, liberũ C excrementis exitũ præbet. Ad eundem modũ quod durat: ijs quæ tensa sunt, maxime est aduersum, ut quod eorum affectum magis adauget. cõtra quod mollit, id est utilissimum. Si igitur simul & excrementa digeri, & quæ tensa sunt, molliri conuenit: duræ certe frictiones omnino sunt fugiendę. Nec his minus à lentis cauendũ arbitror. Nam postq; à se corpus nõ amplius dimouetur, periculum est ne frigescat, ac densescat, dum nulla ope externa calfit. Hac igitur de causa non solum cum celeritate est fricandum, sed etiam quoad fieri potest, plurimũ manibus: quò nulla corporis pars nuda maneat. At si nec tardam esse frictionem oportet, nec duram: oleum nimirum fricando corpori largiter circunfundi debebit. id ẽm ad uelocitatẽ simul & D mollitiem frictionis multum cõducet: & alioqui aliud secum non mediocre cõmodum affert: quãdo & quæ tensa sunt, remittit: & quę inter uehemẽtius laborandũ fatigata sunt, emollit. Atq; his quidem de causis dura uitanda est frictio, ob alias uero mollis. quippe ea nec alte demittitur, sed circa cutẽ ipsam & ei uicinas carnes deficit: nec ea quæ in angustis meatibus contenta excrementa sunt, elidit. Cuius profecto causa tum ipsam fricandarũ partium tensionem, tum spiritus cohibitionẽ iniungimus. Media igitur mollis duręq;, quę eadem mediocris est, ab utriusque incommodo abesse uidetur, & mollis inefficacia, & duræ uiolentia noxáque. Ea uero perficietur fricantis quidem manibus ualenter iniectis, ita ut earum impressio ad

duram

duram frictionẽ proxime accedat: cætera pinguitudinis copia, & uelocitate mouendi eatenus remissis, ut plane euadat mediocris. Nã & pinguitudo ipsa ualentioris cõtractionis non leue præsidiũ est, & breuitas ipsa cõtactus tantum demit de uiolentia, quantũ etiam de tempore. Porrò tendẽdas obiter dum fricantur partes censemus: quò quicquid inter cutem & subiectam carnem excrementorũ residet, per cutem expellatur. Quippe ambabus ijs laxis non magis foras ꝙ intro ferri excrementa continget. Distentis uero ijs quæ sub cute sunt, omnia foras eliduntur, ceu gemina manu expressa: una foris, eius uticq; qui fricat: altera intus: ipsis scilicet quæ tenduntur particulis, manus uicem supplentibus. Ac propter hæc quidẽ non exigua portio apotherapiæ est spiritus cohibitio. Appellant uero ita ubi omnibus thoracis musculis ꝗ circa costas habentur, intentis coactisq;, respirationem cõtinemus. Accidit nanq; obiter ut spiritus qui à costis premitur, dum efflari per exitum arteriæ (λάρυγγα græci uocant) prohibetur, uniuersus pessum ad transuersum septum (quod græce dicitũ διάφραγμα) detur: atq; ut cum hoc quæ ipsi subsũt omnia simul attollãtur, iecur, lienis, uentriculus, & quædam alia. Oportebit aũt interim musculos quoq; qui in abdomine sunt (ἐπιγάστριον græci appellant) leuiter cõtrahi: ut ab his unà cũ septo ceu gemina manu pressis quæ intersunt partibus, excrementũ siquod intra se habent, foras elidãt. Porrò mediæ inter hęc partes cõtinentur, iecur, lienis, uentriculus, crassi ac tenuis intestini partes quę ꝓminent. Loca uero ad excipienda quæ expellũtur excremẽta, patent, tum uentris tota capacitas, tũ isthic cõsistentium intestinorũ concauitas. Si uero feriari planè abdominis musculos patieris, nullius prædictorũ excrementa uacuabis: quæ uero in thorace ac pulmonibus habentur, ea deorsum transferes. Expedit uero huc potius transferatur, ꝙ in illis maneant: tanto profecto magis, quanto etiam eorum quæ in uẽtre ꝙ quæ in pulmonibus & pectore continentur, promptior exitus patet. Hæc em̃ (nempe quæ in uentre & intestinis sunt) uel euomuntur facile, uel excernũtur: illa cum conatu & ui per tusses eijciuntur. Verum siquis perinde ut septum, ita abdominis quoq; musculos anhelitus cohibitione intendat, exquisitius planè expurgabit ea quę sub septo sunt uiscera: nõ transferetur tamen quicquam à spiritus instrumẽtis ad ea quæ nutrimento sunt delegata, sed totum in ipso thorace & pulmonibus excremẽtum manebit. Quare cohibitionem anhelitus id genus nunc nõ probo: multoq; minus siquis omnino non distento septo ualide ac uehementer contrahat musculos abdominis: quando ita necesse est uenas oẽs, partesq; quæ circa collum sunt, flatu ac sanguine impleri: excrementa uero sursũ atq; ad caput, non deorsum & ad uentrẽ ferri. Intueri em̃ id tum in ijs qui tibias inflant licet, tum qui maximã acutissimamq; uocẽ edunt. Siquidem his collũ omne dilatari, faciem uero intumescere, & caput ualidissi-

A me impleri uideas: propterea ꝙ in hoc opere qui in abdomine musculi sũt tẽduntur, diaphragmate his cedẽte. Est em̃ quicquid eiusmodi operis est, ueluti in ijs demõstratũ est quę de uoce edidimus, mistum ac cõpositum ex maxima respiratione & spiritus cohibitione: uticq; cum simul omnis spiritus efflatur, maximo nimirum facto expiratu, idq; cũ ualidissima musculorũ tum qui costis insident, tum qui in abdomine sunt, tensione. Cum spiritus cohibetur, eadem utrorunq; musculorũ facta tensione: nullo tamen spiritu elabi permisso. In ijs qui tibia sonant, aut acutã uocem edunt musculis pari modo tensis: spiritu tamen nec penitus cohibito, nec toto simul emisso, sed mediam rationẽ seruante. Ita nimirum fit ut trium operum cõmunis

B sit musculorum tẽsio, propria uero in totius simul spiritus efflatu: uelox eius foras expulsio: in anhelitu cohibendo ipsa eius retentio: in tibiarum opere & uoce mediocris emissio. Causa uero triplicis huiusce operis in exitu arteriæ est: quippe qui in totius simul spiritus efflatu latissime se pandit, in spiritus cohibitione prorsus clauditur: in ijs qui tibia sonant, aut qui uoce acuta simul & magna utũtur, medium quendã habitum seruat. Ac de his quidem post hac aliquando agere necesse erit, in ijs quibus de uociferatione agemus. Cæterũ spiritus cohibitio, quæ ad apotherapian est [maxime] idonea, [iecur, lienem] & uentriculũ attollit, tensis qui in thorace sunt musculis uniuersis, remissis qui sunt in septo & abdomine. ita nanq; deorsum

C ferentur excrementa. Secundo aũt loco habenda est quæ mediocriter eos qui in abdomine sunt musculos tendit, quò uidelicet ea quæ sub septo sunt uiscera, apotherapię fructum sentiant. His ipsis de causis etiam fasciarũ (quæ ἅμματα græci uocant) circũactus fieri conueniet; quos fricãtes ipsi cum à tergo fricandorum constiterint, circa totum uẽtrem adhibent. cum ex aduerso se collocarint, ceruicibus, alios uero costis, & spinæ, & pectori accommodant: idq; conuerso pariter cum his quodammodo eo qui fricatur. Circa lumbos uero similis fasciarum circumiectio circumactioq; fiet, tendente se ad singulas eo qui fricatur, non tamen cum omnibus pariter se uertente: cum neq; cõtinuos motus nec uehementes cõtingere ei ex apo-

D therapia conueniat, sed certe aliquos, & quibus ex interuallo frictiones sint interpositę. Qui nãq; & continui & uehementes motus sunt, ij exercitatiõis quam præparatoriam uocant, sunt proprij. qui uero nec continui nec uehementes, apotherapiæ. Itaq; concertatorem subinde [cõplectatur,] subinde repellat: sæpe etiam hoc ipso tẽpore mutet: sæpe ipse à tergo gymnastæ incumbẽs, ac crurum utrunq; per uices ipsi circumplectens, idque cum tensione aliqua haudquaquam urgente, ab alijs qui commode contrectent, fricetur. hac enim uel maxime ratione & calorem qui exercitando est adauctus, seruauerit: & simul excrementa proprijs ipsius tum tensionibus tum motibus eieceris. Ad quod sanè opus, spiritus quoque cohibitio non pa-

non parum mihi conducere uidetur: quippe qui A
undiq; compulsus, in angustos se recipere meatus
cogitur: eosq;, si amplius trusus propulsusq; fue/
rit, etiam penitus transire, atque extenuati iam ex/
crementi secum nonnihil arripere. Ad hunc sanè
modum exilia instrumentorū foramina, uehemen
tiore spiritus inflatu expurgantes opifices uideas.
Nam quantum is prorsum per uim coactus impel
litur, tantum ab ipso quædam impelluntur, quæ/
dam trahuntur: totaq; uiā peregisse properant. Et
truduntur quidem quæ ante occurrūt, attrahūtur
quę ad latus sunt posita: impetu ipso motus utraq;
acta. Quinetiam inter ipsam exercitationem, spiri
tus cohibitionem interponunt optimi gymnastæ,
atq; etiam quam supra comprehendimus, ipsam
quæ apotherapię debetur, frictionem: simul homi B
nem cum lassitudo incipit, recreantes: simul cutis
meatus paulatim expurgantes: quò uidelicet per/
spirabile simul purumq; corpus ad subsequētes la/
bores sit: cum alioqui uerendum sit ne si nihil tale
gymnasta prouiderit, obstruat potius prædictos
meatus, quàm expurget, propterea quòd uehe/
mentissimi materiæ impetus diuersis temporibus
ac rationibus contrarios edere effectus possunt.
Obstruere quidē, cum crassum simul ac multum
fuerit quod confertim ac præceps agitur. Purga/
re, cū exiguū tenueq; est, nec præpropere nec uio
lenter cogitur simul omne expelli. Apparet enim
ita accidere in omnib. tum externis instrumentis,
tum uero calathorū plexibus. Quippe eluitur ex/
tergiturq; ex his omne superuacuū, non cū egredi/ C
entibus adhuc paulatim prioribus alia uiolenter à
tergo irruunt (uerendū enim interim est ne quę in
trāsitu sunt impacta innixaq;, inuicē uiā obstruāt)
sed cum prioribus, [uel iam exeuntibus] uel pla/
nè uacuatis, alia postmodū uacuātur. Et quid de
exiguis meatibus miremur, cum etiam è theatris
multitudo quę confertim egredi conatur, in exitu
hæret? Ob hæc itaque qui etiam in medijs labori/
bus apotherapia utuntur gymnastas laudo, potis/
simumq; in ijs quos grauia (quæ uocant) certami/
na exercent. uerum de his postea. Qui autē nunc
nobis propositus iuuenis est, in hoc non ad athle/
ticum habitum, sed ad sanitatem tuendam consi/
lia diriguntur, quò minus aut multis exercitatio/
nibus, aut coacta comestione est opus, aut etiam D
suillæ carnis copia, aut pane id genus quo graues
athletæ utūtur. Atq; his omnibus de causis timen
dum huic nō est ne exiles eius meatus obstruātur,
si modo probe est præparatus, scilicet idonea fri/
ctione, ac laborib. qui ex paruis paulatim crescāt.
Graui uero athletæ nisi omnia probe administren
tur, ob ciborū tum qualitatem tum quantitatē ue/
rendū in exercitationibus est ne obstruātur potius
quàm expurgentur halitus meatus. Ac de apothe
rapia quidem abunde mihi dictum iam est. Dein/
ceps ad balnea ueniamus: illud modo de proposi/
tis præfati, quòd si quis hæc paucioribus interpre
tabitur, is merito prolixitatem sermonis nostri ac/
cuset. Verum si quis aut necessariū aliquod theo/
rema, aut quæ id confirment euidentes demōstra/
tiones præteriēs, breuitate se usum putat: hūc non
tam de tali breuitate sibi placere, quàm certe pudo
re affici par est. Ego uero & si iustum uolumē scri
bere de apotherapia potuissem: tamen id faciendū
non censui, ut qui longitudinem huius operis cō/
trahere maxime studui. Si enim ad ea refellenda
quæ perperam à plerisque sunt scripta, me conuer
tere uoluissem: nec paruam nec certe leuem mate/
riam longioris sermonis habuissem. Verum arbi/
tror, ex ijs quæ demōstraui, satis me seminum de/
disse ijs qui saltem non planè hebetes sunt, eiusmo
di omnia refellendi. Cum enim dicat Asclepiades
spiritus cohibitionem caput opplere: ex ijs quę ip/
se paulo ante definiui cum differentias eius trade/
rem, potest qui uolet hominis sententiam refelle/
re. Similiter in secundo quoque uolumine licuit
etiam mihi omnibus exercitationibus singillatim
percensitis, librum producere: sicuti cum alij non/
nulli fecerunt, tum qui bellissime totam materiam
est executus Theon Alexandrinus. Is enim qua/
tuor libros non alia de re quàm de particularibus
exercitijs scripsit. Quæ & mihi dixisse licuit, ut
qui tum melius quàm ille interpretari potuerim,
tum uero aliorum meminisse non paucorum quæ
sunt operis exercitationum cōmunia. Is enim cum
illud sibi proposuisset, ut quemadmodum athletę
maxime exercitarentur, doceret, in his multum
uerborum absumpsit. Potest autem qui uolet, &
de ijs quas singulæ artes præstāt exercitationibus
disserere. Atq; hæc quidem ijs qui longitudinem
operis parum æquo animo ferūt, dicta sint. Nunc
de balneis agere tempestiuū uidetur: Ac primum
quidē de aquis dulcibus calfactis, ut quarū crebri
or sit usus: mox de frigidis: postremo de ijs quas
sponte natas appellāt: quarum aliæ media tempe/
rie, aliæ feruentes, aliæ tepidæ, aliæ omnino frigi/
dæ sunt. Dulcium calfactarum aquarum, si media
temperie sint, uis calida & humida est. sin tepidio/
res sint, humida & frigida. quòd si iusto calidiores
fiant, calida quidē, sed nō perinde humida. Quip-
pe horrere corpora, cōtrahiq; exiles eorum mea/
tus subigunt, ita ut nec madescere ab extrinsecus
accedente humore possint, nec excrementi quod
intus latet, quicquam emittere. Cæterum ab ijs
incipiendum quæ medium temperamentum ob/
tinent, quæ per se semper calfaciunt & humectāt,
euenit tamen ex accidente ut aut per halitum di/
gerant humores, aut superuacua fluxione (ῥεῦμα
græci uocant) corporis particulas impleant, aut
molliant, aut concoquāt, aut uires firment uel in/
firment: siquidem ad hæc quantitas quoq; earum
non minimū confert. Quin alios quoq; multos la
uationis aquæ temperatę & potabilis effectus qui
iam comprehensis superueniāt, enumerare licet.
quorū qui proposito nunc operi sunt accōmodi,
dicentur ꝙ fieri potest paucissimis, dilato uideli/
cet in aliud tempus eo quē in morbis præstāt usu.
Sed quod ad sanitatis tuendæ spectat usum, iuue/
nis in sermone propositus, iam exercitatus redeat
ut prius

ut prius est comprehensum. Huic igitur prædicti balnei perexiguus est usus: ut qui omnia iam ex mediocri exercitatione & iam dicta apotherapia est consecutus. Nihilo secius tamen si probe balneum adhibeas, ipsum quoq; apotherapiæ pars aliqua sit, siquidem duras tensasq; partes emollit: excrementum, putreq; siquod intus ad cutim hæret, euocat. uerum neutrius horum egere uidetur propositus iuuenis: nec ullum aut mollioris carnis aut adipis liquamentum credibile est illi inter exercitandum euenire: cum & immodicos & uehementes motus talia sequebātur: huic uero non solum expulsa omnia excremēta, sed etiam emollitę solidæ partes sunt obiter dum apotherapia est usus. Quare elui sibi in balneo sudorē & puluerē, siquādo hoc utitur, magis postulat q̄ calefieri. Ergo transire tantū ad solium usq;, non in laconico immorari is debebit, sicuti qui citra exercitationē seipsos elixant. Sed nec morari in piscina huic est opus: immo lotus ut cōprehensum est, ad frigidā festinet. atq; ipsa quoq; medio temperamēto esto, utpote ad mediꝭ temperamēti corpus. Quibus em̄ aut uehementer frigida opus sit, aut molli, & uelu ti insolata: post dicemus. Cęterum optimū corpus quoad augescit, dictum supra est non esse frigida lauandū, ne eius incrementum moretur. Vbi uero abunde est auctus, iam frigidæ quoq; assuefaciendus: ut quæ tum corpus uniuersum roboret, tum cutem densam duramq; efficiat. Quod sane tutissimum est aduersus noxas quæ extrinsecus imminent. Quemadmodum uero quispiam frigida lauari primum incipiet, sic ut nullā ex subitaria mutatione noxam sentiat: id utiq; ante omnia sciri cō uenit. Multi em̄ cum parū recte incepissent, adeo in frigidā lauationem male fuere affecti, ut nec ꝭs qui tutissime eam administrare potuissent, se permitterent. Esto igitur anni tempus ęstatis initium: quo uidelicet ante hyemem in toto interposito tēpore non spernenda cōsuetudo pariatur. Esto pręterea dies quo auspicabimur, q̄ maxime tranquillus: & quoad id tempus feret, calidissimus. Cuius etiam calidissimam deligēdam esse partem nemo dubitet: sicuti etiam gymnasterium, quod mediocri maxime sit temperamēto. Et externa quidem præparatio talis est. Corpus ipsum quod uti frigida debebit, ad hunc modum præparabitur. Esto illi ætas quarti maxime septenniꝭ medium, nulla nec ipso die, nec quæ eam pręcessit nocte, noua re alterato, sed pristinam salubritatem ad unguē seruanti. Esto uero qui frigida utetur, iuuenis, & animo tum præsente, tum plane hilaro, siquando alias, etiam tunc præcipue: ac primum quidem fricetur linteis uberius. Sunto autem frictiones magis nunc quàm ante uehemētes, atq; etiam linteis durioribus administratæ. Quòd si manicas consutas manibus progymnasta circundabit, atq; ita fricabit quo fiat opus æquabilius: non minime ad rem pertinebit. Deinde oleo, prout assueuit, fricetur. inde exerciteť, exercitationibus multitudine quidem paribus, sed citatioribus q̄ ante. Ab his in fri

A gidam descendat, non tamen cunctanter, sed celeriter, uel etiam semel totus insiliat, huc utrobiq; spectans, ut uno maxime tempore omnibus corporis partibus humor circūfundatur: quippe cum si sensim his accedet, horrorem cōcitaturus sit. Esto uero & aqua ipsa nec tepida, nec plane cruda & glacialis, altera nanq; repercussum caloris [non] efficit, altera ferit insuetos, ac refrigerat. Siquidē procedente tempore tali quoq; aqua utatur iuuenis, si necessitas exigat. uerum primo saltem die omnino cauēda est admodum frigida. Exeunti uero ab aqua, fricari oleo, idq; à pluribus, expedit, quoad cutis ipsa incaleat. Post hæc cibum plus q̄ consuetum, potionē intra cōsuetudinem capiat. quæ ipsemet uel iniussus faciet, rite modo omnia sint

B peracta. Nam à frigida lauatione & plus appetūt, & melius cōcoquunt, ac minus sitiunt, ueniuntq; ad exercitationes postridie plane meliore habitu corporis quidem male pari ei quæ ante, cæterum compacta, & musculosiore, ac uegetiore: cute uero duriore ac densiore. In hoc ergo secundo præterea die similiter omnia sunt peragenda, etiā tertio, & quarto. Postea uero procedēte tempore ad eundem modum frigidam iterum ingredi iubebimus, uidelicet post eam quæ priori ingressui successit frictionem, ut prius est comprehensum. Verum tertio eam ingredi, quod nonnullis placuit: non laudo. Nam & iterum id fecisse, abunde satis mihi esse uidetur: præsertim cum pro arbitrio nostro immorari hominem iubere liceat. Ipsum uero

C immorandi tempus, hic quoq; à quotidiana ipsius experientia est coniectandum. Nam si egressus frigidam coloratior ex frictione cito redditur, mediocriter moratum indicat. sin & tardius ei calor redeat, & decolor diutius maneat: plus æquo moratum docet. Si ergo cutis notis intentus sis, facile intelliges an par tempus postea in frigida sit habēdus, an potius ad maius minusue aliquid sit mutādum. Et de frigida lauatiōe quod ad optimam naturam spectet, abunde dictum arbitror. Superest quemadmodum peccata, siqua inciderint, cōmodissime corrigas, disserere. Vt em̄ q̄ maxime statū corporis irreprehensibilem sortitus quispiam sit, ac ab omnibus quæ in uita contingunt negociꝭs, liber sit, & sibi uni uiuens: fieri tamen nequit ut

D non aliquando uel ipse, uel is qui ei præficitur, ab erret. Primum igitur non absimile est in id maxime et frequentissime peccatum incidere iuuenem exercitationibus deditum, quæ lassitudo appellatur: de qua multis iam nō solum medicis aut gymnastis, sed etiam philosophis est proditum, ueluti Theophrasto, qui integrum de ea uolumen scripsit. Ego uero hic quoq; longitudini parcens: quę nonnullis parum recte sunt tradita, ea transire statui: quæ uero maxime sunt necessaria ꝭs qui sanitatem tuendam profitentur, hæc unà cum accommodatis demonstrationibus explicare, ac primū de notione eius agere. Quippe recte se habet, ab hac orsos, sic ad essentiam eius explicandam accedere. Ergo lassitudinis notionem intelligentiamq;

sunt qui accipiant dum usti extentiꝗ sibi esse ui-
dentur, idꝗ aut omnibus corporis partibus, aut
ijs tantum quibus laborarint. quidam dum tristi
molestoꝗ sensu inter mouendũ afficiuntur: (hunc
alij indicibilem dixere, alij ulcerosum appellaue-
re) nonnulli cum membra ceu contusa & phleg-
mone obsessa sentiunt. Non desunt & qui simpli-
ces hos affectus inter se miscent, & qui tensionis
est, & qui ulcerosus, & qui phlegmones speciem
præfert. Alij duos ex his miscent, aut eum qui ul-
ceris emphasin exhibet, ei qui tensioni assimila-
tur: aut eum qui phlegmones sensum affert, seor-
sum cum utroque: ita ut sint in uniuersum senten-
tiæ de lassitudinis notione septem. Quæ sanè om-
nes ut ueræ ex parte sunt, ita in totum simplici ab-
solutoꝗ sermone non sunt. Nam siue ulceris sen-
sus cum mouentur se exhibet, siue phlegmones,
siue incendi tendiꝗ uidetur, siue duo quilibet ho
rum, siue etiam omnes coeant: κόπος græce dici-
tur, id est lassitudo, eorum affectuum unusquisꝗ.
Quo fit ut septem eius in uniuersum differentiæ
sint, simplices tres, compositę quatuor. Corporis
uero quod his sit affectum, remedia, quędam pro-
pria cuiusque lassitudinis sunt, quædam omni-
bus cõmunia. De his mox dicetur, si prius de affe
ctu quodam qui lassitudines comitatur, dixero,
quem decepti nonnulli praue lassitudinem nomi-
nãt. is qualis sit, & quas notas habeat, illustrius ap
parebit si cuiusque lassitudinis essentiam prius dis
quisiuerimus. Hactenus enim ipsa symptomata di
cta sunt. Illa enim, quòd incendi tendiꝗ corpus ui
deatur, & quòd mouenti se uel ulceris uel phleg-
mones sensus oboriatur, affectiones non sunt, sed
symptomata. Affectiones uero corporum quibus
hæc superuenire solent, tres simplices sunt, qua-
tuor compositæ. Et ulcerosus quidem affectus ori
tur ab excrementorum copia tenuium simul &
acrium. Quæ nimirũ inter exercitandũ proueniũt
duplici ex causa, aut eo excremento quod crassius
erat, fuso & attenuato, non tamẽ toto expulso: aut
adipe, molli'ue carne liquata. Necesse enim est abs
tali humore, ceu tenui atque acri, pungi & quasi
uulnerari tum cutem, tum ipsam carnem sic, ut
etiam horror interim oboriatur: immo etiam qua-
dam'tenus concussio commotioꝗ totius corporis
inæqualis, quod græci ῥῖγος uocant: si modo ad-
modum tum copiosus humor is, tum acer sit. Ac
talis quidem est ulcerosa lassitudo. Vbi autem ten
di solum membra uidentur, ulceris uero sensus
non est: in hac certe lassitudine nullum excremen
tum de quo ratio ulla sit habenda, in corpore con-
tinetur, sed residet in musculis & neruis ex nimia
tensione quam exercitando admiserunt, affectus
quidam effectricis causæ potestatem testificans.
Accidit namꝗ in uehementi tensione omnes mu
sculorum fibras tendi, non tamen similiter om-
nes lassari, sed eas maxime quę per longitudinem
tensionis porriguntur. Quippe quæ obliquiores
quodammodo iacent, minus in directum agũtur.
quare his nullum instat periculum. In ijs uero quę
A immoderatius sunt extentæ, ita ut parum à rum-
pendo absint, relinquitur affectio quædam similis
ei quæ inter agendum fiebat. quippe tendi adhuc
uidentur: cum tamen nulla iam tensione urgean-
tur. Tertia uero lassitudinum differentia, qua ni-
mirum ceu contusas aut phlegmone obsessas par
tes sentimus, tum maxime solet incidere, cum mu
sculi nimiũ excalfacti attraxere quippiam ex cir-
cumfusis sibi excrementis. Quòd si enim tum ten-
donibus tum neruis idem affectus incidit: ὀστόκο-
πον græce, quasi ossium dolorem eum affectum
nominant: ob penitiorem scilicet sensum, parti-
bus quæ in alto maxime corpore sunt positæ, no-
men tribuẽtes. quippe summum locum cutis oc-
cupat. secundum ab ea musculi habent, utique
B circum ossa positi. at tendones ipsis ossibus ad-
hærent. Quo magis rationabile est, cum hi quic-
quam prædictorum patiuntur, uideri in imo ac
circa ipsa ossa affectionem hærere. Atꝗ hæ qui-
dem solæ tres simplices lassitudinum differentiæ
sunt: compositæ uero ex his, ut iam dictum est,
quatuor sunt: de quibus mox agendum, si tamen
prius simplices uniuersas absoluero. Est namque
affectio alia quoque, quæ ceu lassitudo sit, nonnul
lis imponit. hæc incidit cum supra iustum muscu
li siccantur, sic ut squalens contractumꝗ corpus
appareat, atque ad motus quodammodo pigrum:
non tamen ei quicquam eorum quæ modo dixi-
mus, inest: neque is qui ueluti ulceris aut tensio-
nis est, multoꝗ minus qui ueluti phlegmones est
C sensus. Quippe diuersissimus aspectus eiusmodi
affectionis est, & eius quam ultimo loco retuli-
mus. Hæc namque [squalens & contractius cor-
pus] efficit. At quæ phlegmones sensum præfert,
mole etiam quàm pro natura ampliore. Quare
quatuor in uniuersum simplices affectiones sunt:
quarum singulis sua sunt remedia. Ordiendum
uero ab ea quæ ulceris sensum inuehit: quam eti-
am ab excremẽtorum acrimonia ortam diximus.
hæc maxime in ea incidit corpora quæ & mali
succi sunt, & excrementis abundant. Succedit
uero recentibus cruditatibus cum aut exercitan-
tur immoderatius, aut in sole sunt morati. Cæte-
rum nihil obstat quin in corpore boni succi citra
cruditatem proueniat, utique ob exercitationis ni
D mium excessum. Sanè excitare eam solent cele-
res ac multi motus. In hac uero lassitudine etiam
densa esse horrereꝗ cutis uidetur. Fatenturꝗ qui
ea sunt affecti, inter mouendum dolere sibi ulce-
ris ritu alij cutim tantum, alij subiectam etiam car
nem. Remedium huius ex ijs quæ affectioni sunt
contraria, comparatur. Quippe si quæ redundãt,
euapores: malum cessabit. Sanè euaporabuntur
frictione multa molliꝗ cum oleo à quo omnis ad-
stringẽdi uis abest. quod genus maxime sabinum
est. Aduersissimum uero huic affectioni est quod
ex Hispania portatur, & ex Iberia. uocant autem
hispanum. tum quod omphacinum uocant, uel
ὠμοτριβὲς, id est crudum. Et, ut semel dicã, quod
austerum est, omne id alienũ est. Adeo gustu ipso
nima

uim eorum discernere licet, etiam si de ipsis ante A periculum non feceris. Sic namque & nos quondam in Macedonia degustato oleo quod fit circa Aulonem, qui est super Strimonem, deprehendimus eandem cum Hispano uim habere. Quin & reliquorum omnium olei generum ita deprehendas uires, etiam quæcunque per abusionem nominant, ex sale, ex radicibus, ex herbis, ex germinibus, ex folijs uel fructibus, propterea uidelicet quod hæc habent. Dictum uero abunde de his omnibus est in operibus ijs quæ de medicamentis inscripsimus: nihilo tamen minus etiam in proposito opere dicetur suo loco. Illud tantum in præsentia dixisse satis sit, quod plane dulcissimum oleum est, id esse ad propositam affectionem maxime accommodatum. Hoc igitur copioso cum multa fri B ctione utendum: primo quidem die quò suspectam forte lassitudinem omnino declines: secundo uero ut si qua incidit, discutiatur. Discutit porrò eam exercitatio quæ apotherapia dicitur: in qua scilicet motus adhibeas quãtitate mediocres, qualitate tardiores, idque cum frequenti interposita his quiete: qua utique fricare hominem oportet pluribus cõtrectantibus, quò nec refrigescat pars ulla, & ocyssime excrementa digerantur. Porrò frictionum plus adhibebitur in ijs qui in cute & sub cute excrementorum collectam uim habent: motuum uero, quos ipsemet edat in altera lassitudine: scilicet in qua plus est in ipsis musculis cõgestum. Quæ enim in his coacta excrementa sunt, sola fri C ctio educere non potest. his enim opus est non solum ab aliquo foris attrahi, uerumetiam ab altero quopiam intrinsecus impelli. Impellit ea partim calor ipse qui per motum accenditur, partim spiritus qui una emittitur, partim ipsa musculorũ tensio: super hæc uero ipsa singularum partium excretoria alieni uis. Altera uero lassitudo in qua tensio sentitur, illud pro remedio postulat quod Hippocrati græce χάλασις, id est relaxatio dicitur. Ea nanque tensioni contraria est, ad eum modum quo duritati mollities. Ait enim ita: Cutis duræ mollitio, distentæ remissio. Ceu duro molle, distento remissum laxumque contrarium sit. Sanè remittitur quod distentum est, in alijs quidem affectibus quos in quinto De simplicium medicamentorum uiribus diximus, alia ratione. Quod uero D per exercitationem incidit, tum pauca mollique frictione, eaque ex oleo dulci, atque egelido, tum intermissione omnino, aut etiam quiete, præterea lauatione medij temperamenti, atque in calida pluscula mora. adeo si bis ter'ue lauabis, plus proderis. Hi uero & post balneum ungi desiderãt prius quàm uestiantur. Quòd si propter sudorem forte aliquem pingue deterserint, rursus ungi desiderant. Quinetiam postero die cum è cubili surgũt, ungi his expedit: nunquam tamen oleo ultime frigido, nec dura frictione. Incidit certe huiusmodi lassitudo ijs quibus salubris succus est, post robustas potius quàm celeres exercitationes: redditque lassatos ipsos pigros admodum, ægreque flexibiles.

Non tamen hi densi horrentesque apparent, quemadmodum quos paulo ante comprehendimus, cæterum contracti aridique non minus ipsis apparent: tactu uero calidiores uidentur nõ solum ijs quos ulcerosa lassitudo urget, sed etiam quàm ipsimet cum sani essent. Tertia lassitudo ex uehementissimis nascitur motibus: solaque supra naturalem habitum musculos attollit, sic ut phlegmonæ persimilis affectio sit. Itaque & leui tactu offenduntur, & calidiores apparent. Dolent uero etiam si ipsi per se moueri conentur. Incidit hæc lassitudo ijs plurimum qui assueti exercitationibus non sunt, (nam exercitari assuetis raro incidit) utique ex uehementissimis plurimisque motibus. Sanationis uero eius consilium ad tria dirigitur, eadem fere ad quæ omnium phlegmone obsessorum, nempe superuacanei uacuationem, extenti requiem, & inflammationis refrigerationem. Ergo & oleum copiosum ac tepidum cum frictione mollissima, & longissima in medij temperamenti aquis mora, huiusmodi lassitudines emendat. Quòd si paulo tepidior aqua sit, plus proderit. Ad eundem modum multa quies, & unctio assidua, denique omnia quæ id quod lassatum est, quiete lenimentoque recreent, ac quod superuacuum est, per halitum digerant. Sed putet fortasse quispiam lassitudinem hanc nec simplicem esse, nec à duabus iam traditis tertiam, sed ex his compositam, nec aliũde constantem quàm ex neruosarum partium tensione, & ulceris sensu. calorem nanque qui in huiusmodi lassitudine sentitur, in alijs quoque naturaliter inesse, ueluti in memoratarum utraque: nec tamen complendę notionis substantiæ'ue partem esse ullam. Verum illud huic uni egregie præter cæteras inest, nempe maior quàm pro naturali habitu tumor, tum quòd nec grauitas sensus similis in hac & tensionis lassitudine habetur. Quippe in illa tendi, in hac contusos esse usque ad ossa neruos putant qui ipsa laborant. Quare in his saltem proprium à reliquis duabus discrimen habet, nec est composita tantum. Tres igitur siue corporis status, siue affectus, siue quid aliud dixisse uelis, hi sunt. Est alia quędam super has quarta, similis quidem lassitudini, non tamen lassitudo, quòd neque ulceris, neque tensionis, neque phlegmones affectum præ se ferat, sed nec horrorem ullum dolorem'ue, nec pigritiam ad motus quemadmodum lassitudines infert, sed gracilitatem tantum ariditatemque facit. Incidit quidem hæc in corporibus boni succi, & exercitationi assuetis, ubi immodice exercitata, parum rite apotherapia sunt usa. Quippe ita & digeruntur excrementa, & quæ tensa fuerant, laxãtur: nec aliud in corpore relinquitur præter siccitatem quam ex immodico motu contraxerunt. Postulat autem primo die nihil sanè diuersum ab ijs quæ prius dicta sunt, præter calidiorem aquam, quæ sensim contrahat & calfaciat & roboret cutem: secundo die apotherapiæ exercitationem, quæ tum in motu tum frictione & pauca & mollis & tarda sit. præterea solium similiter calidum

dum. Verum protinus in frigidam exiliant: quò uidelicet ipsis robur in cute unà cum calore constet. Nam & minus in sequenti tempore per halitum amittunt, & facile in carnem cutemq́ue nutrimentum resumunt. quo maius his commodum nullum profecto inuenias: ut qui nullum notabilem affectum præter carnis gracilitatem ariditatemq́ue habeant. Quippe postulat (arbitror) talem saltem corpus nutriri simul ac madefieri. quorum utrunque ex humido nutrimento optime assequetur. Quoniam uero facta semel mentio de uictu post balneum est, non alienum fuerit & de eis quę ad lassitudines pertinent, præcipere. Vlcerosa igitur lassitudo post legitimam apotherapian consuetum nutrimentum desiderat, aut etiam parcius, præterea humidius. Quòd si in ipsa apotherapia in quartum migrauerit affectum, (assolet enim ita plerunque fieri) pro ipsius ratione tum lauetur, tum nutriatur. At quæ tensionem lassitudo præfert, ea etiam magis quàm ulcerosa parce nutriri postulat. Quæ uero phlegmones sensum affert, ea supra reliquas omnes tum humidissimum, tum minimum, tum uero quod refrigerans quippiam habeat, requirit. Boni succi tamen nutrimentum omnes qui lassitudine grauantur, iuxta postulant. quali nimirum propositus nobis iuuenis adhuc integer utebatur. Cauendus tamen in ulcerosa, & ea quæ phlegmones sensum exhibet, glutinosus cibus est, ceu qui excrementorum digestionem moretur. At in tensionis lassitudine etiam exhibendum eiusmodi nutrimentum est, sed minuto eius modo. Quo minus mirum est si multiplex pugna non plebeijs modo inter se, sed etiam doctis & inter se & cum plebeijs oritur, dum neque de exercitationibus, neque frictionibus, neq; balneis, neq; uictu lassatorum, consentiunt. Quippe alios affirmare audias lassitudinem lassitudine esse abolendam. alios laborem quiete sanari. alios parcius nutriendos qui lassitudine premuntur. alios contra non modo de consueto nutrimento non demendum quicquam, sed etiam tanto plus adijciendum, quanto plus se fatigauerinț. (ad portionem enim laborum, nutrimentum exhibendum) alios rursus nec adijciendum quicquam nutrimenti modo, nec etiam demendum. Ad eundem modū balneo quoque utuntur, alij ex aquis medij temperamenti, alij calidioribus, alij tepidioribus. Nam & experientia ad id tantum probandum quod usu sæpe usurpauit, quemlibet impellit: & præterea ratio, utpote quam quisque absolutam se habere putauit: ut supra dictum est. Verum cum unum tantum lassitudinis sensum traderet, reliquis ceu non sint, pręteritis: eius tantum modo quam nouit, remedium docuit. Ergo uerum est & quòd lassitudine lassitudo soluitur, cum uidelicet hesternis exercitationibus pares postridie adhibendas uidetur expediens: & lassitudinis medelam esse quietem. quippe id consilij partim in ijs quæ ex congestis excrementis lassitudines consistunt, ac præcipue ubi in musculis excremē-

A ta hæserunt: partim in ijs quæ tensionis & phlegmones emphasim præbent, utile uidetur. Iam illud quoque uerum est, qui lassitudine grauantur, eos parcius esse nutriendos. Id enim conducere uidetur ei qui phlegmones sensum præfert. Verum præterea est & ex consuetudine esse nutriendum. Id nanque in ulcerosa lassitudine ubi recte apotherapia sunt usi, fieri obseruatum est: sicut etiam uberius cibandum in eo affectu quem similem lassitudinibus diximus. in quem ex ulcerosa quoque nonnulli transeunt. Simili ratione & medij temperamenti aquis esse lauandum in ijs quæ ex redundantia superuacuorum natæ sunt, uerum fateor. Sed nec illud uerum negem, eiusmodi aquis non esse utendum, nec in ea quę phlegmones
B sensum præfert, cum tepidiores hæc desideret: nec in ijs qui similem lassitudini affectum sentiunt. hi nanque calidiores uolunt. Sunt & qui eum affectum lassitudinem esse putent. Alij, quinam affectus sit, non dixerunt. In quibuscunque uero suspicio futuræ lassitudinis subest, suadent calidiore aqua in balneo uti: causamq́ue assignant, sicut ipsi supra retulimus, alij distributioni in corpus, alij nutritioni, id genus balnei conducere dicētes. Non tamen rationem ullam afferunt cuius gratia eiusmodi distributione & nutrimento prohiberi lassitudo possit. Sed nec omnino qualis sit ipse lassitudinis affectus, scribunt. Nam maior eorū pars nihil dixit. Qui uero dicere ausi sunt, siccitatem esse definiuerunt. Ac quòd nutrimentum siccitati
C medetur, præsertimq; humectans, quā tamen conditionem maior eorum pars non adiecit: est sane uerissimum. Cæterum nec remedium id nec cautio lassitudinum est. Sed cum (uti dictum est) membra sicciora sunt facta, nulla tamen nec tensio subest, nec tenue acreq; excrementum, nec phlegmonę similis affectus: reficere nutrimento humectante expedit quæ exhausto humore sunt siccata: quādo nisi abunde nutrias, & gracilius & aridius q̄ fuerat, postero die corpus cernes. Atque hunc affectum nonnulli lassitudinem rati, eum existimāt calidiore balneo, & pleniore cibo, ne incidat prohiberi. Illud tamen quorundam, sicuti etiam Theonis, demiror, si iam factam lassitudinem similiter sanari non putant. Nam siue quem modo memo-
D rauimus affectum, uelit quis esse lassitudinem: nutrimento illum & soluere debet, & ne fiat prohibere. Siue reliquorum quemuis eorum qui ueræ lassitudines sunt, utiq; parcius in omnibus hominem nutrire, & cum adhuc instant, & cum iam occuparunt. Illud enim dici non potest, talem saltem affectum qui lassitudinibus succedit, nisi primo die per nutrimentum plenius corrigatur, in trium aliquam migrare solere. Nam si ipsa solum siccitas in eo uisitur, præter gracilitatem nihil sequetur amplius. Si uero caloris quoque quippiam simul adsit, iam febricitare metus est. Verum non idem sunt lassitudo & febris: tametsi maxime eorum qui lassitudinem senserunt, nonnullos febris male habuit. Sane Theonem mirari subit hæc in

quarto

quarto de particularibus exercitijs, ubi de absoluto exercitio agit, scribentem: Cum lassitudo aliqua eos qui ita exercitati sunt, postero deinceps die ferè sequatur: ζεσολουσία, id est feruentis aquæ lauatio, minus lassitudini obnoxios reddit, summa corporis accendens. Deinde sic græce subijcit: ἵνα αὕτη σικυίας τρόπον τὴν λαμβανομένην τροφὴν ἐπισπωμένη τοῖς κεκμηκόσιν ἀντιδιέληται νεύροις. Is enim præter alia ueluti ænigma quoddam uerbum ἀντιδιέληται in contextu apposuit. possis enim ita intelligere, quasi summa corporis cucurbitæ more nutrimentum trahentia, partem aliquam eius neruis quoque dispensent. possis & contra, quasi summa corporis cucurbitæ modo id quod ad neruos ferebatur alimentum ad se trahentia impartiant. Ita nimirum, ut priore intellectu ad eutrophian, id B est nutritionem refectionemque neruorum conducat excalfacta cutis: (quippe hanc arbitror eum per ἐπιφάνειαν, id est summa corporis, significare) posteriore uero ad ὀλιγοτροφίαν, id est parciorem nutritionem. Quantum itaque ex ipsis uerbis licet accipere, mentem Theonis non comperias. Ex ijs uero quæ tum alibi tum in sextodecimo Gymnasticon scribit: minus nutrimenti post absolutum illud exercitium dari censet. quanquam ne id quidem qua ratione inductus suadeat, usquam docuit. Datur enim minus quàm ex consuetudine nutrimentum, aut propterea quòd pari opus non est, aut quod concoqui id non possit. Ac prius quidem in ijs qui plurimum se exercitarunt, uerum non est: posterius alibi uerum, alibi certe falsum est. Sicui C enim imbecillior concoquendi uis est, uerum. Sin secus, falsum. Inaudienda uero concoquendi facultas est non ea modo quæ in uentriculo aut uenis aut iecinore agitur, sed etiam quæ in singulis particulis: ueluti in ijs de quibus sermo habetur, musculis: in quibus utique uel maxime affectus is de quo disputo, continetur. Quippe largius inter exercitandum exhausti, [& imbecilliores] & graciliores redduntur. Ergo si hæc leuiter his contingat, utique conficere cuius indigent nutrimentum poterunt. Quorum Theon nullum omnino neque intellexit, neque distinxit. Omnino enim non ratione aliqua, sed experientia (sicut ipse fatetur) post absolutum illud exercitium calidiorem aquam utilem esse obseruauit. Sic enim deinceps scribit: D Illud uero siquidem rationem habet in promptu, fortunæ id beneficio ferendum acceptum est. Sin minus, quod affecta testantur, id non admittendum: licet quis certam rationem simul se subijcientem non habeat. Ergo si planè explorato affectu in quo calidam laudat, causam fatetur ignorare, merito dignus uenia esset. uerum cum citra exceptionem, utilem esse absoluto exercitio ζεσολουσίαν pronunciat, (ita enim hanc appellat) possunt autem alij quoque complures affectus id genus exercitationis excipere: accusandus merito est, quòd deinceps singulos non discreuerit. Ipse nanque nouit etiam quæ phlegmones sensum exhibet, huic

A exercitationi superuenire: sub qua nimirum in maiorem quàm pro natura molem attolluntur fatigatæ partes. Etiam alteram, quam unam scribit, utique generali symptomati attentus, quod incremento non naturali est contrarium. Quippe graciliores in reliquis duabus lassitudinibus redduntur, atque etiam in eo affectu de quo agitur. Cæterum non quemadmodum trium affectuum unum symptoma commune est, ita & affectus unus est. Ac in eo quidem qui ex neruosarum partium tensione consistit, calidiore quàm ex consuetudine lauari non oportet. Simili ratione nec in ijs quos excrementa excitarunt. In gracilitate uero quæ citra hæc consistit, expedit calidiore aqua quàm quæ mediocriter se habeat, lauari. Contrahitur nanque hic af- B fectus exhausto uehementius inter exercitandum corpore, eo modo quo in diutina fame accidere solet. Itaque etiam sic affectorum refectio, in appositione, & quod detractum est reponendo, consistit. Id quod certe accidere cute adhuc laxa nequit. Cogere ergo hanc densareque ac adstringere prius oportebit, siqua plenioris nutrimenti expectanda est utilitas. Sanè cogit clauditque tum frigida tum feruens aqua. Verum à frigida lædi hominem metus est: utpote qui iam ex multa exercitatione et laxior est redditus, & uacuus. Ex feruenti ut noxa certe nulla, ita secura in cute densitas paritur: ipso qui in ea derelinquitur calore, nonnihil etiam conferente. Vnde nec immorari in frigida nimium debet qui ita est lauatus, sed, ueluti id saltem rectè à Theone C obseruatum est, cauere in frigida moram, ut quæ feruentis lauationis commoda frustretur. Sanè ita errare Theonem, ut quod uni affectioni conueniebat, omnibus quadrare præciperet: in causa erat corporum quæ exercitabat habitus. Siquidem athletas exercuit, qui ex absoluto illo exercitio ad quartum erant affectum oportuni, in tertium raro incidebant. Itaque quod sæpe obseruauerat, ceu perpetuum prodidit. Quòd si aut uitiosi succi homines, aut mali habitus, aut laborum insuetos, aut imbecillos, aut minime iuuenes exercuisset: in eiusmodi quidem raro, in reliquos uero affectus sæpissime incidere uidisset. An & hoc quoque dicere fortasse est superuacuum: cum ipse quoque fateatur post præparatorium exercitium feruenti esse bal- D neo utendum? Id uero exercitationis genus solis athletis in usu est. Atqui dicat aliquis illos sponte, & quodam circuitu, alios uero multos uel necessitate, uel uincendi studio, uel propter alia id genus, eiusmodi exercitationem suscipere. Verum hi saltem post immodicos labores necesse est uel unum uel plures lassitudinum affectus prius contrahant. Itaque ijs duntaxat corporibus quæ bona habitudine sunt, quartus affectus incidit: cuiusmodi sunt tum athletarum qui bene sunt curati, tum propositi nunc in disputatione iuuenis. Et quisquis absolute pronunciabit, post uehementissimas exercitationes calidioris solij usum esse idoneum: is ut in uno certe statu uerum affirmabit, ita in tribus planè

plane falletur. Sunt uero per uniuersam tuendę ualetudinis artem & alia non pauca quæ tum medici tum gymnastæ falsò prodiderunt: quorum unũ omnium caput est cõfusa indiscretaq; obseruatio: dum quod in unico quisq; notauit affectu, id multis tribuit. Quinetiam affectio quædam est prædictis proxima, quam ipse græce στέγνωσιν appello: de qua cum de lassitudinibus disputationem absoluero, mox dicam. Simplices enim earum differentiæ tres sunt: de quibus iam egimus. post has ex binis copulatis aliæ fiunt tres. Ab ijs uero septima est, ubi in unum coeunt notæ. Remedij uero commune in omnibus consilium est, ut ei quod superat, sis intentus: nec tamen quod reliquum est, planè contemnas. Proprium uero ab ipsis membratim affectibus accipiendum est. Ac uniuersas quidem cõiugationes percurrere, longũ sit: sed quod ad claritatem sit satis, unico exemplo res peragetur. Si igitur & intumuisse musculi cernuntur, & contusi putantur, præterea uel ulceris sensus, uel tensionis lassitudo unà cum excrementosa hominem male habet: apotherapia utendum, quæ utrunque respiciat, magis tamen id quod est maius. Non est autem in omnibus rebus unius rationis ipsius maioris natura, sed alibi pro uiribus & quasi dignitatate rei, alibi pro ipsius propria essentia spectanda. Ac dignitate quidem & uiribus maior lassitudo est quæ phlegmones sensum præfert, quàm excrementosa: utraq; tamen ipsarum sic propriæ ratione essentię magna paruaq; esse potest, ut si sola seorsum consisteret. Si igitur utraq; pari interuallo à naturali habitu recessit: quæ phlegmones similis est, præcipuam curationis solicitudinem ad se cõuertet, utpote dignitate pollẽs. Sin exigue quæ phlegmonen plurimumq; ulceris sensum repræsentat, à naturali habitu recessit: æstimandum num tantũ superet magnitudine ulcerosa, quantum quæ phlegmonę similis est uiribus: an minus, an magis. atq; ita quod pollet, explora. Quòd si æqualiter pollentes uideris, pari studio est utriq; consulendum. Atq; hæc ratio perpetua sit omnium coniugatorũ affectuum. Sicuti uero lassitudines ipsæ numero tres, si inuicem coniungas, quatuor coniugatiões efficiunt: ita sanè si quartum his affectum adiũgas, multo plures existent. Quod dicimus, ex descriptione licet clarius intelligas. In ea primum locum ulcerosus habeto. Secundum, in quo tensio est molesta. Tertium, qui phlegmonę similis. Quartum gracilitatis, id est in quo corpus emacuit. Ex his igitur aut primus cum secundo coniungetur, aut cum tertio, aut cum quarto: aut rursus secundus cum tertio, uel quarto: aut denique tertius cum quarto: ita nimirum, ut ex binis coniunctis affectibus sex in uniuersum complexiones oriantur. Rursus cum tres unà miscueris, quatuor aliæ fiunt. Nam aut primum iunxeris cum secundo & tertio, aut cum secundo & quarto, aut cum tertio & quarto: aut rursus secundum cum tertio & quarto. Postrema omnium complexionum erit

A ubi quatuor simul coierint: ita ut undecim numero in totum fiãt. Erant uero & simplices quatuor. Efficiuntur itaq; in uniuersum quindecim. Simplices affectus: Vlcerosus, A. Tensionis, B. In quo phlegmones sensus est, C. Gracilitatis, D. Cõpositi, AB. AC. AD. BC. BD. CD. ABC. ABD. ACD. BCD. ABCD. Quòd si præterea occlusę cutis, (στέγνωσιν græce uoco,) differentias tum secum tum uero cum his quindecim cõplicueris, alias rursus cõplexiones effeceris plurimas. Si uero eos quoque corporis status qui aut à cruditate, aut uenere, aut deustione, aut uigilia, aut dolore incidunt, adiunxeris: ne numero quidem uniuersas facile cõplectare. Prætereo nunc quæ uel πληθώρας, id est succorum æquabiliter se habentiũ redũ-
B dantiam, uel κακοχυμίας, id est uitiosi succi copiam, uel adstricti uel lubrici uentris, uel uomitus, uel grauati capitis, uel partis cuiusquam alterius, uel in summa quicunq; in symptomate aliquo affectus consistunt. dicetur em̃ post de eiusmodi omnibus. Nunc uero idcirco eorum maxime memini, ut complexionum multitudinem quanta esset indicarem. Mirari em̃ licet eos qui de syndrome, id est concursu horum, uel curationem, uel euentorum prædictionem obseruasse se prædicant. Vnica nanq; ratione & præsagire & commode mederi fas est: utiq; sicut Hippocrates docuit ubi simplicis cuiusq; negocij sciendam uim esse censebat: ueluti ipse nunc in quatuor effectibus præmõstraui. Vnusquisq; enim si per se consistat, simplex re-
C medium exiget: sin alteri sit coniunctus, pro ea methodo quã paulo supra de omnibus cõiunctis affectibus pręscripsimus, [corrigetur.] Ergo cũ hęc ita se habeant, redeundũ rursus ad simplices affectus est: quorũ à iam dictis proximi erant quos stegnosis excitabat. (uoco ita meatuum cutis uitium quo transmittere superuacua prohibetur.) Incidit is affectus aut obstructis meatibus, aut dẽsatis. Sanè densationem eiusmodi μύσιν Græci, id est cõniuentiã appellant. Ac obstructio quidem ex lentis crassisq; excrementis oritur cum confertim ad cutim ruunt: densitas tum ab ijs quæ adstringunt, tũ quæ refrigerant. Verum obstrui propositi nobis corporis cutis, si ad præscriptam ratiõem rite agatur, non potest: densari certe aliquãdo potest, tum
D ex ualido frigore, tum aluminoso balneo. Fieri autem potest ut & post balneum sudoremúe, atq; aliam aliquã ob causam laxata prius cute, auræ flatus incidens obstructionẽ quampiã densationémque efficiat. Ac deprehenditur quidem iam dictus affectus protinus ubi se exuerint, ex colore albo, & cutis tum duritie, tum densitate. In ipsa uero exercitatione, ex eo quòd ægre incalescant: quando nec ut prius æque sudant, nec bonum colorem in summa cute ostendunt: immo siquis eos ualentiore exercitatione iniũcta sudoris quippiam emittere cogat, & minor hic quàm ex consuetudine, & frigidior exit, minusq; halitui similis. Remedium huius affectus calefactio est. quippe ea frigiditati

contraria

contraria est. Valentiore ergo exercitatiõe, ac bal/
neo calidiore utendum. Magis quoq; ad rem per/
tinebit, si in prima domo pinguiter in oleo uolu/
tetur. Esto uero oleum ex eo genere quod relaxet,
cuiusmodi est in Italia Sabinum. quod utiq; ad e/
iusmodi affectus etiam est utilius si bimũ trimúm
ue sit. Id nanque tum tenuius, tum calidius fuerit.
Mora uero in frigido solio diuturna ne sit: sed nec
aqua ipsa frigida. Induendi uero ungantur aliquo
quod mediocriter calfaciat: oleis quidem, ex ijs
quæ in Aegypto habentur, cicino, & raphanino:
in reliquo uero orbe, dulci, tenui, ac modice anti/
quo. unguentis uero, susino, gleucino, irino, ama
racino, & comacino. Atq; ex his gleucinũ quidẽ
prorsus acopum est, ac relaxans: itaque etiam ijs
quos uehemens lassitudo infestat, est utile. paulo
hoc calidius, magisq; relaxãs susinum est. Irinum
uero, & amaracinum, & comacinum, etiam susi/
no calefacere potẽtiora, ijs affectibus qui proprie
frigiditates dicuntur, sunt idonea. Cutis tamen
densitati sanandæ etiam anethinum est satis: maxi
me si ex uiridi anetho fiat. Facit autem & ad tales
affectus, sicuti etiam ad uehementes lassitudines,
& acopum quod ex abietis semine componitur.
id quemadmodum pręparandum sit, post dicetur.
Nunc enim uel hæc mihi supra iustum apposuisse
uideor. siquidẽ q in optimo est corporis statu, & li
beram delegit uitam, nec in ea quicquam delin/
quit, & cui peritissimus tuendæ sanitatis artifex
præficitur: in hunc uerisimile est morbosos affe/
ctus non admodum incidere. Redeamus itaq; ad
pensum denuo: relictisq; ustione, refrigeratione,
cruditate, uentris profluuio, reliquis id genus, (sa
tius enim est in unum ea uolumen cõijcere, quod
de morbosis symptomatis inscribemus) in præ-
senti de ijs quæ post uenerem adhibentur exerci/
tijs disseramus: quippe cum de his parum conue/
niat: alijs ita exercitandum ab hac putantibus, ut
in exercitatione quæ apotherapia dicitur: alijs ut
in præparatoria. Esto uero præparatoria exercita
tio nec in quantitate laborum intra modum, & in
qualitate ipsa incitatior ac celerior. Ac qui apothe
rapeutica quidem utendum censent, ij sicuti in fa/
tigatis, tum uires diminutas, tum corporis siccita
tem suspectas habent. quorum utrunque & à con
cubitu, & ab immodica exercitatione sentimus.
Qui uero præparatoriam adhibendam uolunt, ij
raritatem atque ad sudores prõptitudinem præca/
uent. quæ apotherapeutica intendi, ediuerso præ-
paratoria emendari putant. Ipse laudatis utrisque
propterea quòd ueritatem ex parte uiderunt, sen/
tentias eorũ in idem conferam. Nam & instauran
das uires esse, & laxitatem cogendam, nec siccita/
tem adaugendam fatentur utrique. Vna discretio
desideratur in utrisque, ueluti & in compositis o/
mnibus affectibus supra à nobis est dictum, et nũc
nihilominus dicetur. Cum enim in idem uarij affe
ctus coierunt, hi si unam medendi rationem indi/
cent, utiq; intendi magis rationem eam conueni/

A et, quàm si singuli seorsum cõsisterent. Si contra/
rij sint: is qui uincit affectus, prius est corrigẽdus:
ita tamen, ne reliquum omnino negligas. Ac qui
uel propter ætatem, uel etiam alia ratione imbecil
les concubuere: in ijs uirium infirmitas necesse est
superet. Qui uerò firmiores & iuuenes, ueluti qui
nunc est propositus: horum habitus corporis in ra
ritatem magis quàm uires in imbecillitatem mu/
tatur. Itaque etiam corriguntur hi non per ea quæ
corpus relaxant, qualis est exercitatio quę apothe
rapia dicitur, sed per ea quæ cogunt ac contrahũt,
qualis est præparatoria: proindeq; hac utendum:
quandoquidem ea non solum motus tum celeri/
tate tum robore calorem excitat, sed etiam habi/
tum cogit ac cõstringit. Illud quoq; fatentur gym
B nastæ omnes, ipsa profecto experiẽtia edocti, hãc
unam exercitationẽ mederi raritati posse. Itaque
nulla planè ad propositum affectum utilior est. Si
uero anni tempus non dissuadeat, nec à frigido
balneo abstinendum esse censeo. Cibus in modo
quidem dabitur minor, in qualitate uero humidi/
or, ut dum probe concoquatur, tum siccitas quæ
ex uenere cõtracta est, corrigatur. Debet uero nec
frigido temperamẽto esse, sed uel medio, uel cali/
diore. Nã quoniã corpus à uenere & laxius, & fri/
gidius, & imbecillius, et siccius est effectũ: debent
planè quę densent, & calfaciant, & uires reparẽt
adhiberi, atq; ad hæc studium omne impendi. Cæ
terum quod efficere hæc uenus possit, id docerę,
ad pręsentẽ disputationẽ non pertinet, in qua pro
C positum est, quemadmodũ optimũ corpus q; com
modissime post ueneris usum exercetur, ostẽdere.
Quod sanè cõmode fieri non potuit nisi prius tra
dito cuiusmodi affectus sit qui succedere in cor/
pore à uenere solet. Verũ nũc id cõcedi nobis po/
stulamus. In sequentibus cum euidenti demõstra
tione dicetur, tum quę ueneris facultas sit: tũ pror
sus utenda sit necne: tum quænam ex ea cõmoda
incommodaq; pro corporum statu, & temporis
anni ratione, & loco, & alijs id genus, quæ utique
determinare præterea oportebit, eueniũt. Post ue
nerem ergo species exercitationis ea esto, quã prę
paratoriam uocãt. Post uigilias aũt, uel tristitiam,
uel ambas, quæ apotherapia dicitur exercitatio
idonea est, si tamẽ cruditas absit. nam siqua crudi/
D tas subest, omnino exercitandũ non est. Quòd aũt
post tristitiam & uigilias iam dicta exercitatio ad
rem pertineat, etiã usus ipse ostendit: cum ab alia
qualibet non solum lædi cernuntur, sed etiam im
perantes, si forte dolor adhuc angit, parum æquo
animo ferre. Idem ratio ipsa confirmat, nõ minus
quàm usus. Nã quoniã à uigilijs & tristitia magis
graciles, magisq; aridi, ac minus dicto audientes
planè cernunt: siccius existimãdum est his reddi/
tum esse corpus. Eiusmodi uero affectus partim
molli frictiõe cũ multo oleo, partim tẽperato bal/
neo sanat, partim agitatione, sed quę & tarda sit,
& citra ualentiorem nixum, ac quæ subinde quie/
tem interponat. Is uero apotherapeutici exercitij

modus erat. Ad eundem modum eæ quæ ab ira A
uel potionis penuria ſiccitates fiunt, corrigendæ
ſunt. Contraria prorſus à iam dictis ratione humi/
ditates emendare conueniet: ſiue hæ nimiæ potio
nis, ſiue alia quauis occaſione inciderint. Quippe
ſtudium in his ad ſiccitatem dirigitur. Verum ea
communis omnium ratio eſt. membratim enim
unicuique differentiæ ſua eſt. Igitur ſi ex longiore
deſidia, & humectantis alimenti immodico intem
peſtiuocꝫ uſu contracta humiditas eſt, longiore re
medio eſt opus. ſin ex liberaliore potione quæ pri
die ſit hauſta, citra ullum capitis aut oris uentris
affectum conſtiterit: eam uel unico die perſanes li
cet, ſi ſicca frictione largius, & exercitatione uelo/
ci, & parciori potiõe, & ſicciore cibo utare. Quip
pe quæ immodicæ ex uini potione humiditates B
cõſiſtunt: ſi ex ea re noxa capiti aut ori uentris cõ/
municata eſt, de his agi hoc loco opus non eſt. di/
cetur enim de ipſis cum de morboſis ſymptoma/
tis tractabitur. Quę uero humiditas ex diutina ad
modum deſidia naſcitur, hæc in propoſitum cor/
poris ſtatum omnino non cadat: æque ut nec ea
quę ex humectantis natura cibi copia gigniť, qua
les fructuum plurimi ſunt, itemcꝫ olerum: quæ uti
que acria non ſunt. ſiquando tamen acciderint, ſe
mel & confertim corrigi non poſſunt. Nam ſi ea/
tenus ſe fatigabit homo, dum habitum abunde ſic
cet, in laſſitudinē incidet: ac febricitabit omnino
diaria febri. quòd ſi uitioſæ præterea humiditates
fuerint, etiam febri quæ in plures extendatur di/
es. Tempore uero ſanari poſsũt: ut poſt dicemus, C
ubi uitioſas intemperies uertere in melius docebi
mus. quippe ſimilis prouidentia acquiſititij affe-
ctus eſt, & naturalis intēperamenti. quare nũc de
ipſis differere non oportet. Reliquum igitur eſt ut
de matutina ueſpertinacꝫ frictione agamus, nõ ad
eum tamen modum quo Quintum reſpondiſſe di
cunt, cum percontanti gymnaſtę quã unctio uim
habet, reſpondit, Veſtis ſummouendæ. ijſdem e/
nim quibus nũc uſus ſum uerbis, tum gymnaſten
rogaſſe, tum Quintum reſpondiſſe ferunt. Simile
Quinti apophthegma eſt & quod de urinis circũ/
fertur: nempe eas noſſe, ad pictorem pertinere.
Etiam illud quod de calido, frigido, humido, &
ſicco aiunt, utique balnearũ ea eſſe nomina. quæ
ipſe ſanè nemini uel Theſſali affectatorum impu/ D
ne dicere, nedũ Quinto permiſerim. Quippe ſcur
rarum eiuſmodi facetiæ ſunt, haudquaquam ho/
minis tam grauem artem profitētis. Satius igitur
ſit in propoſito iuuene ad hunc modum de matu
tina frictione differere. Is nancꝫ aut ex ſummo ali/
quid de quo queri poſſit, non ſentit: aut laſſitudine
grauatur aliqua: aut alia quapiam affectione offen
ditur earum de quibus pauloante ſtatim poſt laſſi
tudinis affectus hactenus differui. Ac ſi de nulla
quidem re conqueritur, ſuperuacuum eſt eum aut
fricare, aut ungere: niſi ſiquãdo ingenti frigori oc

A currendum uidetur. Tum nanque ueluti qui fri/
gida ſunt uſuri, ſic eos quocꝫ frictione præparabi/
mus. Si uero laſſitudinis ſenſus ullus appareat, iã
dictum eſt hominē tum & ungendum eſſe, & mol
liter fricandum. Simili ratione ſi ſiccior iuſtò ſit,
unguendus dulci oleo eſt, (nam id ſicca corpora
humectat) fricanduscꝫ ut omnino parciſſime, ita
nec duriter, nec molliter eſt. Quippe ſuccurrere
digeſtioni in corpus oportet, non cutis carnis'ue
habitum mutare, necꝫ etiam quod in his contine/
tur, quicquam educere. quorum mollis utruncꝫ,
dura alterum facit. ſiquidem hęc cutem denſat du
ratcꝫ: mollis per halitum euocat, ac corpus laxum
mollecꝫ efficit. Verum cutis denſitatem corrigere
ſiſtudes, utique ei quę ex duris tum frictione tum
B pertractiõe, pręterea uehementi exercitatione, &
multo puluere orta eſt, mollis frictio cum copio/
ſo & dulci oleo medeť. Quæ uero contracta ex fri
gore eſt, eam primum frictione ſicca ac celeri, de/
inde cum oleo adhibito calfaciētes, naturę ſuæ re
ſtituemus. Laxitatē uero quæ & frequens balne/
um, & mollem frictionem, & ueneris uſum cõſe/
cuta eſt: paucula frictione, primũ quidem ſicca, de
inde cum oleo quopiam eorum quæ adſtringant,
ſanaueris. Humiditatem uero quæ nimiæ potioni
ſucceſſit: ſicca frictio, et cũ linteo adminiſtrata, uel
cum manica, quam χειρίδια Græce uocant, inter/
dum etiam ſolis manibus, idcꝫ uel citra omne pin/
gue, uel cũ eo planè exiguo corrigit. Sit aũt et quò
per halitum euocet oleũ ipſum dulce, omniscꝫ ad/
C ſtringentis facultatis expers. Atcꝫ ita quidē ſe ha/
bet matutina frictio. Veſpertina uero ijs utilis eſt
quos uel laſſitudo ualida premit, uel ſiccitas male
habet, uel atrophia macerat. ita uocãt Græci cum
corpus ex alimento fructum non ſentit. Verũ atro
phias ſymptoma nunc præſertim ſeponatur unà
cum reliquis morboſis ſymptomatis: quæ poſt tra
ctabuntur. In propoſita uero natura cum uel uali/
da laſſitudo, uel immodica ſiccitas corpus afficit,
prandium minus eſto: tum ab eo ad cœnam lon/
gius interponatur tempus. plurimũ quieſcat: exi
guum tamen quippiam inambulet: quò cibus per
erectam agitationem concuſſus ſubſidat. Vtilius
etiam ſit ſi & aluum exonerare poſſit. His etenim
probe peractis ſecurus oleo dulci frices. uentrem
D tamen omnino non continges: cum alioqui peri/
culum ſit ne & cibum deterius concoquat, & ſuc/
cus quiſpiam ex eo ſemicrudus in corpus digera/
tur, & caput turbetur, & ſtomachus ſubuertatur.
Optimum igitur fuerit omnino uentrem non at/
tingere. Quod ſi in muſculis ei uicinis uel laſſitu/
dinis ſenſus aliquis, uel ſiccitas appareat maior:
ungi debebunt mediocriter, & blande, & ſuſpen/
ſa manu. Ac ſi cauſas quiſpiam eorum quæ dixi/
mus, reddi ſibi cupit: proximum librum legat, in
quo de morboſis ſymptomatis agemus. Nã hũc
mihi uideor ſatis hactenus extendiſſe.

Clau.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER QVARTVS

THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

QVOD pleriq; omnes recentium medicorum faciunt, qui dum tempus sophistarũ cauillationibus terũt, quod maxime necessarium est, aut leuiter tantum attingunt, aut prorsus omittunt, id ipse non faciam: sed (quod ab initio institui) ei quod necessarium duxi, insistens, quæ logicam magis speculationem habent, in aliud tempus differam. Statim enim de morbosis symptomatis, de quibus hoc libro disserere statui, non leuis quæstio oritur, eáne ad ualetudinis tuendæ artem spectent, an ad eam quæ medendi rationem præscribit, an harum neutram, sed tertiam quandam, quam nonnulli mediam statuunt, neutrámque appellant. Ego haud ignarus, siue quis in sanitatis tuendæ, siue etiam medendi arte, eorum meminerit, fore ut æque à cauillatoribus sugilletur: illud quoque intelligens, etiam siquis tertiam tractationem his dicet, de neutris eam affectionibus inscribens, uel magis irrisuros, contumeliososq; futuros, præterea quæsituros de maribus & fœminis in quonam opere præcipiam: in hoc uolumine de his agere potissimum elegi. Si enim fieri nequit ut sophistarum nugamenta deuitem, atque hac ratione minus erunt importuni: utique sic faciens melius consuluisse uidebor. Huc accedit quòd ex speculatione ipsa magis intelligetur ipsa doctrinæ communio, siquis illa quæ dicentur, attentius leget. Ea hinc ingrediar. Artis quæ ualetudinem tuetur, nõ leuis portio est ea quæ de exercitatione præcipit. huius rursus non exigua pars est quæ lassitudines præcauet. Porrò mõstratum in superioribus est, similem rationem esse instantis lassitudinis cauendæ, & eius quę iam occupauit, summouendæ. Ergo non alibi quemadmodum hanc futuram uites, alibi quẽadmodum iam urgentem corrigas, tractandum est. Atq; hac quidem de causa in proximo libro, qui totius operis tertius est, de lassitudine quæ exercitationi superuenit, disputatum erat: simul habita mentione de similibus affectibus, quorũ aliqui exercitationes maxime sequebantur. Nunc primum quidem de his prout citra exercitationem incidunt, agemus: secundo loco de illis quæ similitudinem quãdam cum his habent. Ac quæ immodicas quidem exercitatiões lassitudo excipit, sanorum symptoma est. quæ uero sine his consistit, morbosum. Itaque & ab Hippocrate dictum cõmodissime uidetur: Lassitudines sponte natæ, morbos nunciant. Atque ulcerosus quidem sensus, symptoma lassitudinis est. Causa uero unde ea nascitur, affectus latitudinis est. Porrò huius rursum ipsius causa bifariam scinditur: aut enim intra ipsum animalis con-

A tinetur corpus, uocantq́ue Græce τὴν ἡγουμένην: aut omnino non inest, uocantq; τὴν καταρκτικήν. [Nos illam internam, hanc externam non incommode uocemus.] Itaq; tria in uniuersum genera sunt de quibus habendus sermo est: Ipsius lassitudinis symptoma: Affectus unde hoc oritur: & affectus ipsius Causa. Cuiusq; uero horũ species quædam differentes sunt. Causarum (ut modo diximus) externa, & interna. Affectus (ut in pręcedente libro docuimus) is qui ulceris, & qui tensionis, & qui phlegmones sensum inuehit. Symptomatis uero, ipsi tres sensus. [neq; pauciores uero] neque plures his differentias ueras saltem nominare possis. Qui igitur ulceris sensum facit, (incipiendum enim ab hoc est) motis quidem grauem excitat

B sensum, ceu corpus ulceretur: idq; uel circa cutim tantum, utiq; cũ est moderatior: uel circa subiectam illi carnem, cum est ualentior: uel circa utranq;, cum adhuc est atrocior. Atq; hoc quidem est lassitudinis symptoma. Affectio uero ex qua id nascitur, acrimonia est tenuis & calidi humoris, qui corpus erodit, stimulat, ac pungit. Oritur hęc aliquando ex immodico motu, ut in proximo libro ostendimus. aliquando ex uitioso succo, qui imprudentibus nobis in corpore succreuit. Tales uero lassitudines, spontaneas Hippocrates appellat. Alterũ uero lassitudinis genus (nempe in quo tensio sentitur) quoties sua sponte incidit, plethoris superuenit. Quippe tenduntur † ex hac solidæ animalis partes, præcipue in quibus succi conti- Aliàs. ἐν ταύτοις. id est, in his.

C nentur. Tertiũ lassitudinis genus, quod phlegmones sensum affert, ex ambobus oritur, tum nimia boni succi abundantia, tum prædicto uitioso succo. Non enim quæuis mali succi species, sed tantum in qua rodens acrimonia continetur, ulcerosam lassitudinem creat. sed nec eiusmodi quidem succus dum in uenis cum sanguine miscetur. Latet enim tum eius uis, utpote transfluentis, & à sanguinis bonitate superati. Verum cum ab his translatus, in carnibus, & ad cutem solus hæret, ulcerosum † sensum tunc ingerit. Qui uero ex abundantia nasci hanc lassitudinem putant, sanè falluntur. Nam neq; ex ea copia quam plethoran dicimus, (hęc enim eam quæ de tensione quæritur, gignit) neq; ex ea quę uires prægrauat. Non enim Aliàs. διάθεσίν τε καὶ αἴσθησιν. id est, affectũ & sensum.

D erosio, aut ulceris phantasia, sed uel grauitas, & ad motiones segnitia, talis sunt abundantiæ symptomata, utiq; dum ad animales collata uires, eas superans premit: uel pulsus quædam uitia, siquando uitalem urget: de quibus dictum abunde est in ijs quę de pulsu scripsimus: ęque ut in libro quem de abundantia scripsimus, etiam notas & naturalium uirium cum premuntur, & reliquarum ambarum tradidimus. Non est igitur abundantia, eius latitudinis quæ ulceris sensum præfert, causa, immo humorum qui in cute & carne continẽtur, acrimonia. Hæc enim ut quieta sensum latet, sic agitata protinus sentit. Motus hic lassitudini primus ac plurimus proprijs qbusdã ratiõibus accedit: quas mox dicemus. Alter ex incidẽti, scilicet cum

cum nobis partem aliquam aut etiam totum cor‑
pus mouere uolentibus, cum hoc humores qui in
ipſo cōtinentur, ſimul mouemus. Verum hic mi‑
nimus eſt, & laſſitudinis duntaxat ſenſum infert.
Vehemētior rigorē excitat:(appello nunc rigorē,
nec illū uehementis frigoris ſenſum, nec duriciē:
ſed inæqualē totius corporis cōcuſſum & turba‑
tionem:)Medius inter utrunq;,horrorem. Quod
autem nihil obſtet etiā ſi calida cauſa ſit, quo mi‑
nus rigorē horroremq; excitet: in ijs quæ de ſym‑
ptomatum cauſis ſcripſimus,oſtenſum eſt. Nunc
ſatis fuerit ſummas tantum eorum quæ illic prodi
dimus,ad præſentē diſputationē quaſi baſim ſub‑
ijcere. Cū in ſenſibili corpore ſuccreuit excremen
tum mordax, duplici id ratiōe admodū incitatur.
B Vna, cum à ſenſibili ipſo corpore impellitur:utpo
te quod repellēdi alieni uim obtinet. Altera cum
uehementiore momēto agitur:id quod tum ab ex
ercitando cōquirit, [tum frictione, tum balneo.]
Ergo quæ ſubcalida & putrida excrementa ſunt:
ubi uehementius mouentur, non horrorē modo
rigorem'ue qualem diximus afferunt, ſed etiā fe‑
brem accendunt. At quæ frigida ſunt, & ex parti‑
bus tenuibus cōſtant, ea horrorem quidem rigo‑
remq; creant, non tamen febrem excitant. Porrò
uim quandam utriuſq; congeſtam eſſe oportet ſi
hæc fecerint. Quæ uero aut planè exigua in ſenſi‑
bilibus corporibus excremēta mordacia, aut mul
ta illa quidē, ſed tamen nō planè adhuc mordacia,
ſubhęſerunt: hæc ulceroſam laſſitudinem faciunt:
C de quibus utiq; hoc libro nobis eſt agendū: quan‑
do quæ febrem accēdunt, ea ad medendi artē ſpe‑
ctāt. Sanatio utriuſq; generis partim cōmunia cu
rationis amborum conſilia recipit, partim utriuſ‑
que propria. Dicetur uero prius quę cōmunis ſa‑
natio eſt. Oportet igitur excrementum, ſiue cali‑
dum id ſit ſiue frigidū, ipſum aut expellas, aut cer‑
te alteres. Recipit uero non omne excrementum
alterationem à natura. Siquidem nec omnis cibus
in cuiuſuis animantis uentre concoquitur: ſed co‑
gnatio quędam ei quod concoquit, cum eo quod
concoquitur, eſſe debet. Quod igitur omnino alie
num eſt, nulla fieri ratione poteſt ut id naturæ ſuæ
gratiam recipiat, ſed educere id q; primum eſt ten‑
D tandū: æque certe ut quæ in uentre corrupta pror
ſus ſunt, ea uel uomitione uel deiectione expelli
profecto eſt optimū. Nō tamen perinde prōptum
eſt in carne, atq; alijs corporibus imbibitum uitio
ſum ſuccum educere: ut qui in ijs quorum ſenſibi
lis capacitas eſt, continetur. Interdum nec ipſa la‑
borantis natura medicamētum quod malum ſuc‑
cum mature uacuet, admittit: ſicuti interdum &
alius quiſpiam affectus obſtat qui talem educendi
rationem reſpuat. De quibus mox dicam, ſi prius
quod reliquum erat in ſuperius poſita diuiſione,
adiecero. Quippe quæ communiter ſpectant qui
excrementorum uitijs medentur, ea iam diximus
uacuationem alterationemq; eſſe. Propria uero
utriuſque generis nunc adijciamus. Neque enim
una tantum ratione educendū alterandum'ue eſt:

A ſed explorata quæ ei quod affligit, maxime ſit ac‑
commodata, ei eſt inſiſtendum. Ea uero, ut in ſum
ma complectar, ratio eſt, quæ ex contrario opem
molitur: priuatim uero, quæ ex cuiuſque contra‑
rio. Et ſummæ quidem totius rei hæ ſunt: quæ la‑
tius tamen nobis nunc explicanda ſunt unà cum
ſua cuiuſq; euidenti demonſtratione: idq; ab ulce‑
roſo affectu orſis. Quoniam igitur eiuſmodi latitu
do uitio acrium excrementorum oritur, ante om‑
nia conſiderandum eſt, in ſolidis'ne tantum corpo
ribus, an intra uenarū ſinus malus ſuccus cōtinea
tur. De ijs uero quæ intra uenas ſunt, nullum pla‑
nè nec manifeſtum nec euidens ſignum habemus
præter ſolam urinā: conijcere tamen ex his licet.
Primum æſtimabimus quonam qui affligitur, u‑
B ſus ſit uictu. Secundo, ſolitúſne ſit malū ſuccum
naturæ ſponte congerere. Ad hęc, an naturalis ali
qua & cōſueta excretio iam deſierit. Quarto, an
exercitatione, purgatione per uomitū aluum'ue,
aut uſu aquarū ſponte naſcentiū ſoliti ſuperuacua
expellere, id intermiſerint. Atq; in uictu quidē ui‑
dendum an cruditas & crebrior et maior quàm ex
conſuetudine præceſſerit, an mali ſucci cibis co‑
pioſe ſe impleuerint, an uinum pro antiquo mu‑
ſtum, pro tenui craſſum, an aqua marina miſtū bi‑
berint, an etiam prorſus à uino ſe ad aquæ potio‑
nem tranſtulerint: nec ſemel bis'ue in quolibet ho
rum peccauerint, ſed aſſidue, bonoq; tempore. Se
cundo (ſicuti diximus) æſtimandum num ex eo‑
rum numero qui facile malum ſuccū congerunt,
C laſſatus ipſe ſit. Deprehendas id percōtatus an ſca
bie, aut lepra, aut uitiligine, aut pruritu crebro ſit
affectus. Item an eryſipelas, aut elephantiaſis, aut
herpes, aut ophiaſis, aut alopeciaſis, aut puſtulæ
crebræ, aut epinyctides, aut deniq; ullū ſympto
ma quod ex uitioſo ſucco & natū & auctū eſt, illū
male habuerit. Ab his conſideranda diximus, con
ſuetáne ulla excretio retenta ſit per uomitum, uel
hæmorrhoidas, uel fiſtulam aliquam, uel dyſente
riam: uel ſi mulier eſt, per menſtruū profluuium.
Deinde num ipſe medicamēto ſe purgare ſemper
ſolitus, id intermiſerit. Nonnulli enim ſunt qui de
iectorijs medicamētis, alij uomitorijs, aut urinam
ſudorem'ue cientibus, aut uſu ſponte naſcentium
D aquarum, utique quibus aut ſulfuris aut bitumi‑
nis aut nitri uis ineſt, uere uel autumno quotānis
ſoliti excrementa uacuare, aliquando id negligūt.
Multi (ut dictū eſt) exercitationū conſuetudinem
dimiſerunt. Alij rurſus omnis frictionis, aut bal‑
nei, aut à uino dulci poſt balneum uomitionis mo
rem prætermiſerunt. Sanè conſtat non illorū mo‑
do nos qui optimo ſunt corporis temperamento,
feciſſe mentionem, ſed quò nihil in mali ſucci cau
ſarum catalogo ſit prætermiſſum, etiam eos qui ui
tioſum ſuccum natura prompte congerūt, ſermo‑
ne comprehēdiſſe: de quibus fuſius inter uitioſos
corporum ſtatus proximis uoluminibus agemus.
Atq; ex his quidem de mali ſucci modo coniectu
ram facere oportebit. ac remedium ad menſurę e‑
ius quantitatem proportiōe inuenire. mediocrius,
ſi omni

si omnino sit exiguus, & ad cutem tantum colle- A
ctus. ualẽtius, si multus, & in profundo. Prius ue-
ro eius qui exiguus, & iuxta cutem est, curatio di
cetur: deinde eius qui in carne residet: tertio ab his
loco, eius cuius totus sanguis impurus excremen
tosusq; est. Sed siquis iam institutũ mihi ab initio
repetens, boni succi iuuenẽ dederit, qui prius salu
bri omnino uictus ratione sit usus, nunc necessita
te quapiam urgente longi temporis iter confece-
rit, in quo nec exercitatus, nec lauatus pro cõsue-
tudine fuerit, cibis potioneq; mali succi usus sit, tũ
à prandio, uel cœna, uel etiã toto die uehiculo sit
uectus, nec bene plerunq; dormierit: illud tamen
áddatur, nihil huic in modo assumptorũ erratum
esse, proindeq; nec in cruditatem ullam incidisse:
talis multum mali succi cõgessisse profecto nequi B
uerit. itaq; etiam nec remedium operosum requi-
rit, immo exercitationem tantum quæ apothera-
pia dicitur: quam in proximo ante hunc libro do-
cuimus, ubi pariter de accõmodata ei rei uictus
ratione prçcepimus: quò minus est hic multis mo
randum. Tantum eius meminisse conueniet, huc
omne cõsilium dirigere qui corpora sic affecta cu-
rat, ut excrementa quæ circa cutem sunt, educat:
propterea quòd affectus in hac una consistit. Itaq;
rursus detur eundem iuuenem præter alia quç ea-
dem sint, etiam in cruditates sæpe incidisse. Detur
& ulceris sensum habere, non cute tenus modo,
uerumetiam altius in corpore, sic ut totum id ma-
lis succis refertum suspicere. huic nec exercitatio-
nem, nec ullum omnino motum iniungemus, sed C
quiescere ac dormire iussum, in abstinentia totum
diem exigere cogemus: dein uesperi pinguiter un
cto, & temperato balneo mediocriter lauato, pro
cibo dabimus sorbitionẽ aliquam boni succi, sed
planè quàm minimam. nec tamen à uino eum ab-
stinebimus. concoquit enim id semicrudos humo
res, quãtum aliud quiduis: tum sudorem urinám
que promouet, ac somnum conciliat. In ijs autem
qui ita se habent, id agendum nobis est, ut quod
mali succi iam planè corruptum est, nec concoqui
etiam potest, id sudore urinaq; expellatur. quod se
micoctum adhuc est, concoquarur, atq; utile red-
datur. Id autem optime quiete somnoq; confiet.
Si ergo his peractis malum constiterit, ad consue- D
tudinem rursus reducendus homo est. Sin in po-
sterum etiam diem duret, de ualentiore iam reme-
dio est cogitandum, maxime si per noctẽ uel lassi
tudo magis q̃ ante uel fastidium infestet, uel perui
gilet, uel somnos turbatos & imaginationibus in-
quietos habeat. his enim, si uires non dissuadent,
duorum alterũ, aut sanguis mittendus est, aut pur
gatio exhibenda, sed discernentibus nobis utrum
magis expediat, ut mox dicetur. Sin uires imbecil
liores dehortantur, sanguis mittendus haudquaq;
est, sed deiectio mediocris adhibenda. cuiusmodi
aũt deiectio mediocris sit, in sequentibus docebi-
mus: sed si prius quæ priora sunt definiuerimus.
Nam uirium robore constante si lassitudo adhuc
infestat: æstimandum est, cum sanguinis'ne copia,

A an cum crudis humoribus, an per se solus consi-
stat uitiosus humor qui lassitudinẽ creat. Nã si cũ
sanguinis copia, aut uena incidenda, aut aliquid
quod tantũdem ualet, agendum. Sanè tantũdem
possunt hçc: Quibus hæmorrhoides sunt retentç,
si has emiseris. Si mulieri mẽstrua cõsuetudo ces-
sauit, hanc prouoces. Si quibus horum nihil est, si
malleolos scalpello incidas. Post hæc aluus eo me
dicamento deijcienda est, quod maxime accom-
modatum malo succo sit. Quòd si uitiosi tantum
succi, hiq; citra sanguinis copiam subsint, purga-
tio petenda est quæ infestanti excremento sit ac-
cõmoda. Infestat uero aliàs biliosum, aliàs atræ bi
lis, aliàs pituitosum, sed quod uel salsum uel acidũ
sit: atq; horum quodlibet aut crassius, aut sero pro
B pius, aut media quapiam cõsistentia. De quorum
discernendorum notis nunc agamus. Si cum pu-
stulis (que Grçci ἐξανθήματα uocant) lassitudinis
affectus consistat, ex his facilis inuentu erit excre-
menti species. Sin absq; his: in boni quidem succi
corporibus tum ex ijs qui præcesserunt cibis, tum
reliquis quæ ipsis corporibus inciderunt. In ijs ue
ro qui malos succos natura colligunt, hinc quoq;
nonnihil capiendũ. Sed de eiusmodi temperamen
tis uberius post agetur. Nũc de reliquis agamus,
ex quibus licet de mali succi specie coniecturam
accipere. Qui in ocio degunt, ij pituitosum acer-
uare succum solent. Quos multus labor exercet,
ij biliosum, uel melancholicum: illum æstate, hũc
autumno gignunt. Quinetiam an diuturni labo-
C res fuerunt, inspiciendũ est. Quanto enim fuerint
longiores, tanto sunt ad atram generãdam bilem
magis procliues. Præterea qui cum multo sudore
obeuntur, ij crassius excremẽtum faciunt. Qui si-
ne sudore peraguntur, magis tenue: ueluti qui hy-
eme & frigido aeris statu suscipiuntur. Conside-
randum ad hæc est non solum de urinæ multitudi
ne, [& qualitate] sed etiã de sudoris qualitate. hic
nanq; partim acidus, partim salsus est, partim ue-
luti lutum aut uirus planè olet. licet aũt hoc ex stri
gili deprehendere cum lauantur. Sæpe nãq; ama-
rus planè apparet: qualis utiq; morbo regio labo-
rantibus emittitur. Eius uero dignotio etiã citra
gustum facilis est ex solo colore. Quippe pallidus
D pro eiusmodi bilis ratiõe apparet. Sçpe tamẽ post
ualidissimos labores, & uehementẽ æstum, planè
flauus conspicitur. Aliquãdo medius, atq; ambo-
bus mistus cernitur: ueluti quodãmodo ex palli-
do flauus. ὠχρόξανθον Græci dicunt. Ad eundem
modũ & ipse bilis humor se habet: quando hunc
quoq; in uomitu deiectioneq; aut pallidũ, aut fla-
uum, aut ex utroq; cõpositum licet intueri. Qua-
liscunq; uero is in corpore habet, tale necesse est
eius appareat serum. Ac sudor quidẽ, succorũ qui
in uniuerso corpore abundant, nota est: urina, eo-
rum tantũ qui uasis cõtinent. Omnino ergo nihil
omittendum: sed sudor quoq; ipse, ut modo dixi-
mus, inspiciẽdus. Aliquãdo uero ipsum qui affici-
tur gustare sudorẽ suum, quò certius internoscat,
iubemus. Id quod aliquando sua sponte accidere
solet

solet, dum ex fronte & eius partibus in os sępe delabit. Aestimare pręterea urinæ tum cõsistentiã, tum colorem oportebit. Sed nec quæ in ea pendent, aut sidunt, prætermittere conueniet, sed omnia perpendere. Cuiusmodi enim sanguis sit qui in uasis continetur, ea planè ostendunt: quando si is biliosus sit, serũ quoq; eius biliosum esse necesse est. Idq; pro utriusuis bilis ratione. Simili modo pituitosum, si is sit pituitosus. Ergo ubi crudus planè is est, utiq; tenuis aquosaq; urina cernitur, nihil nec quod sidat, nec quod pendeat, in se habẽs. At ubi is concoctus est, hæc in urina apparent: atque etiam nubeculæ quædã desuper tenues superstãt, ueluti quod in summo lacte colligitur, (Græce γρα̃υς dicitur) & quod in summo refrigerati iusculi concreuit. Quòd si turbida sit, qualis ueterinorum uisitur, crudis refertas uenas indicat, non tamen cessare naturam, sed eos ualenter concoquere. Si uero celeris separatio crassi à liquido in ea cernitur: sitq; quod subsidit, album, leue, & æquale: iamiam superaturam eos omnes naturam indicat. Sin cũ emingitur, pura sit, protinus uero turbetur, iam crudi succi concoctionem aggredi naturam docet. At si interposito tempore turbetur: non protinus, sed post aggressuram insinuat. Verum omnium quę turbantur urinarũ generalis nota esto ipsius crassi à liquidiore separatio aut propere aut tarde facta, aut omnino nulla. Ergo si protinus fiat, & quod subsidit sit album, leue, & ęquale: superiorem longe naturam succis quos concoquit ostendit. Sin bonum sit quod subsidit, sed C quod post longius interpositum tempus colligatur: etiam naturam temporis spatio superaturam succos nunciat. Si uero uel omnino nulla separatio, uel id quod subsidit, malum sit: imbecillitas naturæ significatur: egetq; ope aliqua ad succos percoquendos. Sicuti uero urina, succorũ qui in uasis sunt, qualitatem prodit: ita sudor, aliaq; quę per uniuersum animalis habitum apparẽt, eos qui illic sunt affectus demonstrant. Quippe superantibus in eo calidis succis, insolito caloris sensu urgetur: frigoris uero, cum frigidi dominantur. Iam albiores pituita superante, pallidiores bili abundante cernuntur. Quòd si meracior bilis sit, etiam planè flauiores. Siquidẽ color à succo prouenit, non ex solidis animalis partibus, utiq; cum se succi in D altum non receperũt. Accidit uero id illis propter frigora, rigores, uel animi affectus, ueluti timorẽ, uel ingentẽ tristitiam, uel incipientem uerecundiam. Quorum nullum si adsit, nunq; se in altum recipient succi. Aeque nec in cutem uiolentius irruentes, hanc adurent unquam, nisi animus aliquo modo affectus sit, aut æstu immodico animal extrinsecus obsessum. Ergo uehementer commotis, aut iratis, aut in pudore ueluti reciprocantibus se humoribus, inspicere colorem non oportet. At si nec ambientis uiolentia calidi frigidi ue, nec ullus animi affectus cuiusmodi iam dictus est, subsit: certissima succi animalis cognitio ex colore dat̃. Tanquam igitur corpus sicubi albius solito est effectũ,

A pituitosum abũdare succum indicat: sicubi pallidius aut flauius, biliosum: ita sicubi ad rubicũdius quam pro natura est mutatum, sanguinis abũdantiam subesse significat: sicubi ad nigrius, nigrã superesse bilem ostendit. Videas pręterea ceu plumbi colorem aliquando nõnullos habere: rursus aliquando ceu misturam esse albi, liuidiq;: aliquãdo liuorem solum sine albo consistere. Ergo eiusmodi colores, crudos dominari succos indicant: qui cum de genere sunt pituitæ, minus tamen humiditatis habent ꝙ ea quæ publice uocatur pituita. plerunq; uero huic nec lentor inest. Nam is si adsit, Praxagoras eiusmodi succum uitreum appellat: egregie quidem frigidum: crassum tamen eo quẽ crudum per eminentiam uocant, certe minus. Ge B neraliter igitur eiusmodi succi omnes albi crudiq; sunt, nomenclaturam uero alius aliã sortitur. Nec attinet ad præsentem disputationem ea omnia distinguere: quippe ad quam illud tantum commune omnium accidens pertinet, quòd hi succi percocti à natura non sunt, sed crudi adhuc manent. Siquidem sanguis in medio est biliosorum atque horum: quorum utiq; genus uno uocabulo appellare licet uel crudũ succum, uel pituitam. Illi nanque ex sanguine fiunt ubi supra iustũ modum est percoctus: hi uero ex eo nondum perfecto. Sunt autem utriusq; generis innumerę particulares differentiæ, cęterum quę ab ijs qui in talibus sunt periti, in numeratas species sunt iam descriptæ: quarum tamen ipsarum adeo hic omnium meminisse C necesse non est, ut etiam satis sit eas ad unũ caput redigere, quod tibi ueluti scopum agendorũ proponas. Nam quoniã alij prius quàm ad exactum sanguinem nutrimentum peruenit, ueluti semicocti sunt, alij prorsus incocti crudiq;, alij paulo absunt à sanguinis forma, rursus alij sanguinis faciendi, siue (ut ita dicam) sanguificationis ueluti ultima pars, qui utique excessu caloris proueniunt: (quorum alij paululum, alij plus, alij plurimum à sanguine recesserunt) ubi paululum uel citra sanguinem restitũ, uel ultra processum est, audacter mittendus sanguis est. ubi plus, cõsideratius agendum. ubi plurimum, in his nullus omnino mittendus est. Inspicere uero & quantitatem conueniet: ut uerbi gratia si bonus sanguis exiguus sit, reli- D quus uero succus plurimus: utiq; in his abstinendum à detractione sanguinis est. Sin is quidẽ exiguus, sanguis uero copiosus: audacter incidenda uena est. Dein deijcere (ut dictum est) aluũ oportet: ratione habita de abundantis succi copia pariter & specie. Quòd siquis uel propter ætatem uel timiditatem permittere se medico ad sanguinem ullo modo detrahẽdum nolit, huic deijcienda largius aluus est: aut si id quoq; suspectũ habet, alia ratione educendum superuacuum est. Ac in proposita nobis hactenus natura alias uacuandi rationes inuenire difficile non est: in alijs cum discretione & diligenti examine disquiri eas conueniet. Eam discretionem post trademus, ubi de proposita boni succi natura tractationẽ absoluerimus. Pone

enim

enim talem hominem ex mala uictus ratione lassi A
tudine affectum: deinde ex ijs quas retulimus no-
tis, in uenoso uasorum genere apparere subesse il-
li copiam semicrudorũ succorum: in reliquo uero
corpore toto multitudinem horum quos lassitu-
do secuta est. auctus præterea illi quodãmodo &
sanguis esto. Maxime ergo (ut dictum est) detra-
here primo de sanguine oportet: deinde succum il
lum educere qui superare uidetur. Non sustinente
autem homine sanguinem sibi detrahi, augere de-
iectionem. Si uero neutrũ admittat, aliam quam-
piam rationem iniri, qua maxime si non breui, at
longiore tempore pristinã corporis habitudinem
homo recipiat. Quoniã ergo duo prima sunt, qui-
bus primum intentus sit oportet, qui eiusmodi af-
fectibus medebitur, crudorum siue etiam semico- B
ctorum qui ante sanguinis perfectionem fuerunt,
perfectio: & acrium ac mordaciũ, qui secũdi sunt,
et sanguine posteriores, eductio: abstinere eos con
uenit ab omni ualido motu. Blande uero unctos,
atq; oleo perfrictos, perquam suaui lauare balneo:
inde in ocio abstinentiaq; habere, atq; etiam som-
no, si fieri potest: minime ignorantibus nihil esse
quod æque concoquat ea quæ concoqui possunt,
& malos succos per halitum digerat, ut somnus à
balneo. Cum igitur (ut paulo ante diximus) pri-
mo die experti an facile finita lassitudo sit, simili-
ter grauatum hominem cernimus: tum mittẽdus
in balneum secũdo etiam die est, tum in quiete ab
stinentiaq; habendus. ęque uero & si iterum & ter
tio [oportere uideris, itidem] ieiunũ lauabis, quie C
tem ac somnũ ipsis lauationibus interponẽs. Con
ducit ad somnum non in postremis ipsum quoq;
balneum. sunt enim qui eo sunt usi omnes magis
ad somnum propensi, modo maioris momenti ni
hil obstiterit. Adeo tibi somnus & causa & signũ
percõmodum speratæ utilitatis sit: uelut e diuerso
nõ posse à balneo dormire, nec causa, nec signum
est cõmodum. Quippe plerunq; redundantis suc-
ci indicia ex somno uigilijsq; ceperis. frigidi nãq;
succi marcorem, quod κῶμα græce uocãt, & lon-
giores somnos inducunt: calidi & mordaces, uigi-
lias: & siquãdo dormit̃, uarijs imaginibus inquie-
tos & turbatos somnos efficiunt, sic ut statim exci
tent. Sicuti autem in primo die, ita etiam in secun-
do sorbitionem & minimam & simplicem illis ex D
hibebimus. Quippe large ijs apponere quibus au
ferri potius aliquid debeat, planè est contrarium:
sicut rursus omnino non nutrire, & fastidia stoma
chi (quas Græci ἄσας uocant) creat, & eundem
lædit, & uires labefactat, & malum succum adau-
get. Ergo exiguum his dandum: ac potissimum, si
fieri potest, ptisanę cremor simpliciter cõditus. sin
aliter, farris, eodẽ quo ptisana modo præparatus,
cum paulo aceti adiecto: præsertim si cruditatis a-
bundantiam, uel in uenis, uel in toto corporis ha-
bitu subesse suspicamur. Quippe si nihil prorsus
aceti sit alicæ admistum, glutinosior erit quàm ut
propositis conducat: itaque obstruet magis quàm
detergebit halitus meatus: quod tamen maxime

petit̃ in crassis ac glutinosis succis, cuiusmodi pla-
nè omnes pituitosi sunt. Ac boni quidem succi far
ipsum est, & propterea eiusmodi qui à uitioso faci
le securos præstet. Cæterum nisi lentor eius corri-
gatur, adiectis aceto & porri modico: non solũ ob
struet, sed etiam nutriet plenius q̃ propositis sit ex
usu. Hac itaq; de causa ptisanæ cremor in hoc ca-
su tutior est, ut qui tum modice nutriat, tum nusq;
per angustos meatus hæreat, sed & permeet ipse,
& meatus per totum detergeat, & quicquid in se-
micoctis crudisue succis continetur crassi, id disse
cet ac resoluat. Horum ipsorũ gratia & mulsa his
idonea est, & oxymeli, & apomeli, & piper, & gin
giber, postremo omnia quę citra uitiosi generatio
nem succi, humorem crassum dissecãt soluuntq;:
quorum materiam latius in sequentibus proseque
mur. Ad institutũ uero nũc sermonem exempli lo
co posita sint, & quæ iam sunt dicta, & quæ nunc
dicenda. Frugum nanque maxime apta est ptisa-
na. Olerum sola lactuca. Piscium qui saxatiles di-
cuntur. Panis qui & furno coctus, & fermẽtatus,
& modice purus est. Aues monticolæ. Potio oxy
meli, mulsa, uinum tenue & album, semelq; quæ
boni sunt succi, eademq; detergent, nec glutinosa
sunt, nec crassum succum efficiũt, nec ualenter nu
triunt. Quæ uero urinam cient, hoc casu non pro-
bo: maxime quæ præualẽtia ex his sunt, & sangui-
nem calfaciunt ac liquant. quippe quod conco-
quendum probe est, huic tãta adhuc uexatio non
conuenit. Hæc itaq; omnia secundo die facienda
ad hunc modum sunt, atq; etiam tertio, quartoq;.
Ad hæc præterea si tum lassitudinis sensus leuet̃,
tum corpus coloratius appareat, tum somni quie
ti, & urinæ concoctæ sint, fricare quidem liberali-
us, exercitare uero parce hominem audebis. His
ita peractis si nullus lassitudinis sensus præterea
supersit, ad consuetas statim exercitationes homi-
nem reduces. sin quicquam appareat priorum aut
symptomatum, aut notarum: rursus tu quoq; in id
intentus, mutare tentabis ea quæ particulatim nõ
recte habent. Si itaque solius lassitudinis sensus re
cordatio superest, cæteris notis omnib. bene se ha-
bentibus, utiq; apotherapię munere lassitudinem
summouebis. sin autem turbatæ notæ sunt, & ue-
luti confusæ, cęterum lassitudo abest: in quiete ma
iore seruare hominem oportebit. Si uero ambo co
ierunt, eadẽ ratione hominis curã ages, qua prius
usus in eum statum duxisti, quo etiam exercitatio
nis aliquid tentare auderes. Atq; ita quidem iam
comprehenso affectui medendum censeo. At si in
eodem homine reliqua eadem sint, cæterũ in lasso
corpore sanguis bonus exiguus sit, crudi humo-
res plurimi: huic nec sanguis mittendus, nec alui
deiectio, aut exercitatio, aut omnino motus, aut
balneum adhibẽdum. quippe incisa uena bonum
sanguinem emittit: malum qui in primis maxime
uenis circa iecur, & quod mesenteriũ uocant, col-
ligitur, in totum attrahit corpus. Deiectio uero in
talib. tormina & rosiones creat, animiq; deliquia,
cum eo quòd nec notatu quippiã dignum educit:

quando crudi omnes succi, pigri, atq; ad motū ineptí propter crassitudinem frigiditatemq; sunt: quo fit ut etiā omnes angustas uias obstruāt, per quas id quod medicamentum deijcit, ferri ad aluum debeat: itaq; nec ipsi educantur, & alijs sint impedimēto. Id quod sane Hippocrates illo oraculo precauit, quo breuissime præcipit concocta medicamento tentanda esse, non cruda. Eadem de causa nec exercitare, nec omnino mouere, sed nec lauare expedit eos qui in primis uenis crudorum copiam habent. Siquidem omnes id genus motus, succos illos in totum corpus agunt. Seruandi igitur hi sunt in omni quiete: dandaq; ipsis cibus, potio, medicamentaq; sunt singula eius generis quæ attenuent, dissecent, & conficiant succorum crassitudinem, idq; citra manifestū calorem. Nam qui excalfacti uehementius succi sunt: ij in omnē corporis partem feruntur. Ergo nutries hos maxime oxymelite, aliquando etiam ptisanæ & mulsi exiguo quopiam. Sustinent enim hi uictum, si modo alij ulli, tenuem: ipsa nimirū crudorū copia, quos paulatim concoquunt, ad corporis alimentū abutentes. Quoniam autem præcordia istiusmodi omnibus turgida inflataq; sunt, ac facile quicqd assumpserint, in flatum uertitur: nō inutile fuerit longi piperis aliquid cum cibo dare: quippe quod flatuosi spiritus crassitudinem soluit, & quæ in præcordijs pigra cessant, ad uentrem depellit, & concoquendis quæ sumpseris subuenit, pro communi piperum ratione. Quòd si huius copia non est, utiq; albo utendum: quippe quod supra duo reliqua genera uentrem roborat. Sin hoc non adest, optimū nigrum petendū est. Id uero fuerit, quod pondere præcellit. Sanè utilius fit & diospolitico medicamento uti: cuius cōpositio duplex est: aliàs ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro. potestq; ita magis uentrem soluere. Aliàs cum reliquorum pari pondere miscetur nitri dimidiū. præstiterit autem cuminum esse quod uocant æthiopicum: piper uero, uel longum, uel album. Macerabitur cuminum in aceto maxime acri. dein continuo id tunditur, aut etiam prius modice frigitur in uase fictili, quod coctum in camino quàm optime sit. Quæ enim exactè penitúsque cocta non sunt, hæc lutosa potius quàm figlina sunt, & qualitatum suarum nonnihil medicamentis remittunt. Sunto uero & rutæ folia modice siccata. Vt enim si plusculum siccentur, acria amaraq; redduntur, & supra quàm par est calida: sic si prorsus non sicces, excrementitium quendam humorem retinent, nondum ex toto concoctum: cuius uitio flatum discutere minus possunt. Quatuor his aliquando despumatum mel additur, aliquando nihil, sed sola sine melle reponuntur, ac ptisanæ cremori, & alijs quibus maxime conuenire uidetur, cibis inijciuntur. Sumit & per se medicamentum hoc & ante & post cibum. Porrò ad eum usum optimum est quod mel admistū habet, quod utique curiose sit despumatū. id enim flatum maxime discutit. sit autem oportet & mel optimum, si modo

quod flatum discutiat, quodq; maxime dissecet, futurum medicamentum est. Appositum sanè remedium sic affectis est, et qd' ex tribus piperibus conficit, (διὰ τριῶν πιπέρεων Greci uocāt) utiq; cum non admodū medicamētosum sit, ex uarijsq; confectum, sicuti à plerisq; medicorum cōponitur, misturæ cuiusdam ritu quam καρύκειαν uocant, aut apri à mirificis istis coquis cōditi: adeo ut non minimum ijs qui sumpserint, negocium sit immista illi medicamēta concoquere, ami, siseli, libysticū, & alia id genus. Cruda enim minimeq; mutata ab ijs qui ea sumpserint, lōgo tempore durare in uentre intelliguntur. Hæc igitur subtrahenda medicamenta sunt: præter quæ, hæc, heleniū, & nardi spica: ceu uero nōnulli cōponunt, etiam casia. Expedit autem præparatū habere ad manū dupliciter, sicut ipse soleo. Alterū simplex: quod utiq; ijs dandum est qui parum concoxerunt, & qui recens frigus in uentre habent, & pituitosum succū. Alterū quod medicamētosum magis est: quo maxime utimur in ijs fluxionibus quæ à capite descēdunt ad pectus. Verum hoc quo pacto sit præparandū, alibi dicetur. Simplex illud, quo ad cruditatis abundantiam quæ in primis est uenis utimur, huiusmodi est: Ad cuiusq; trium piperum drachmas quinquaginta, abunde adduntur anisi & thymi & gingiberis singulorū drachmæ octo. & simplicissimū quidem hoc est. Etiam hoc ipso magis simplex, à quo detractū gingiber est. Alterum uero est quod ex ijsdem conficitur: uerum ad cuiusq; trium piperum drachmas quinquaginta, reliquorum cuiusq; sexdecim drachmarū inijcitur pondus: nempe anisi, thymi, & gingiberis. quo etiā ad proposita utimur cōmodissime. Debet autem, si haberi potest, anisum Cretense esse: Thymum aut Atticum, aut planè ex editis locis, & siccis: cuius quicquid lignosum est circūciso, coma ipsa unà cum floribus inijcietur. Esto uero & piper quod longū quidem est integrū, minimeq; foratū: Aeque uero & gingiber. nam ambo perforari facile solent. Quinetiam non solum nō perforatū, sed & uerum illud quod ex barbaris affert, piper esto. hic nanq; quod adulteratur, duplex est. Alterū quod in Alexādria maxime conficitur. Alterum quod herbæ cuiusdam germen est. Qua uero maxime ratione internosci quod adulterinū est possit, ipse docebo: tantisper præfatus, nequis aut miretur, aut causam requirat quamobrē uel componendi uel probandi medicamenti hic tradere rationem subijt, qui in medendi libris non temere id facere soleam. Siquidem in illis cum medicis ipsis dūtaxat ago: hic uero etiam cum alijs uniuersis quos aliqui cōmuni nomine φιλιάτρους, id est medicorū studiosos uocant, qui scilicet in primis disciplinis uersantur: quo intelligentiam suam exerceāt. Porrò his necesse non est nec in libris de simplicibus medicamentis, nec in opere de medicamentorū compositione esse exercitatis, multoq; minus explorandi cuiusq; medicamenti peritiam habere. His itaque perscribi in plenum talia omīa satius est, sicuti paulo ante de longo pi

go pipere tradere occepi. Principio em̄ experien- A dum gustu est, diligenterq; æstimandum an piperis qualitates seruet: postea in aquã mittendũ. Nã quod factitiũ est, si per diem totum in humore maceretur, illico liquatur, ac soluit. Si ergo tum piperis ei qualitas planè inest, nec maceratum resoluitur, sitq; (ut dictum est) minime foraminibus pertusum: piper id lõgum idoneũ iudicabis. Nigrum uero, nec exile, nec rugosum, nec crassi corticis esto, sed ex eo quod ponderosum uocãt, id quod tũ maximũ, tum plenissimũ est. Itemq; de albo simili modo eligat quod maximum est atq; plenissimũ. Deinde omibus simul tusis, & per tenue cribrum transmissis, mel optimum curiose despumatũ admisceto. Sanè id odorũ flauumq;, præterea acerrimum dulcissimũq; fuerit, tum crassitudine, nec B plane crassa, nec liquida, sed quæ ita cõtinuitatem suam tueatur, ut si digitum in id demiseris, post in sublime attollas, quod mellis ab eo defluit, longissima quasi linea sibi continuatũ uideas. Coquitur hoc recte aut super carbones, aut ligna omino arida, quæ etiam ἀκαπνα Græci uocant. Hoc igitur medicamentum dare conueniet, non semel bisue quotidie, sed etiam sæpe. siquidem mane & ante cibum, & post, etiam cubitum euntibus recte datur cochlearij pleni mẽsura: atq; huius quidem ut paruis parui, & maximis maximi, ita medijs ad portionem. Præterea etiam gingiber, quod ex barbaris affertur, aceto maceratũ. Est id uirentis herbæ radix, à collectu statim in acetum coniecta. Extin- C guitur enim eiusmodi medicamentorũ calor circa ipsas primas uenas, nec in totum perfertur corpus, ueluti aliorum quorundã: cuiusmodi id medicamentũ est quod dia calaminthes, propterea ꝙ calaminthen recipit, uocãt: de quo mox uberius agemus. Idcirco etiam oxymeli his utilissimum est: ut prius diximus. Id ita præparari debebit. Cum melli optimo super carbones spumam abstuleris, conijcies in ipsum aceti tãtum, unde gustanti nec acidum nimis, nec dulce uidebit. Ac denuo sup prunas coques, quoad plane uniteq; amborũ qualitates sint, nec appareat gustãti acetum adhuc crudum. hinc ab igni depones. Cumq; uti uoles, aquam ei miscebis, ita nimirum temperans, ut uinum. Ergo qui bibet, si nec de acore eius queritur, nec dulcedine, assidue eo utatur. sin alterutro offenditur, ad- D iecto quod desideratur, rursus id coques. Neq; enim eos probo, qui sub una quapiam mensura id conficiunt: qui mihi similiter ijs affecti uidentur, qui bibentes omnes similiter aquam uino miscere censent: non aduertentes, quibusdã utiq; qui dilutiori insueuerunt, caput statim si uel pusillo meracius hauserint, tentari: quibusdã qui meraciore delectantur, stomachum, si dilutius biberint, subuerti. Cum igitur in uino tam familiari potione ista incidant, multo sanè magis in oxymelite, utpote ꝗ̃ uinum tum minus familiari, tum magis forti, ipsa seq par est. Satius ergo sit, ex sumentis gustu, non nostro, iudiciũ de modo facere: id esse sumentis naturæ conuenientissimũ oxymeli ratos, quod utiq;

est iucundissimũ, proindeq; etiam utile, contra aduersissimũ esse, quod iniucundũ. Ipsam tamen primam ipsorũ mistionem, quo plurimis conueniat, talem esse oportet. Vni aceti parti, mellis à quo detracta spuma sit, duplum est miscendũ: deinde ambo in leni igni coquẽda, donec eorum qualitates in unum coierint. ita enim nec acetũ amplius crudum apparebit. Cũ aqua uero statim ita facies oxymeli: Melli quadruplũ optimæ aquæ miscebis: dein coques modico igni, quoad spumare desinat. Ac malum quidẽ mel multam egerit spumã, quo etiam diutius coqui debebit: optimũ uero ut breuissimo tempore coquitur, ita minimum spumę euomit: unde nec pari ei coctione est opus. plurimũ certe quartam partem eius quod ab initio est inditum, amittit: post uero dimidio aceti adiecto, rursus coquendum, donec qualitatũ omnino sit unitas, nec acetum crudum etiam appareat. Conficitur sanè oxymeli etiam tribus statim ab initio mistis, ad hunc modum: Aceti uni parti additur mellis duplum, & aquæ quadruplum: atq; hæc ad tertiam partem coquũtur, uel etiam quartam, spuma interim detracta. Quòd si ualentius id facere studes: tãtundem inijcies aceti, quantum mellis. Apomeli optimũ aqua conficitur, bibiturq; tota æstate refrigerantis uice. Potest uero, cui id libet, & ad quam proposuimus affectionem eo cõmode uti, potissimum ubi coacuit: id quod ei sæpe cõtingit, aliàs magis, aliàs minus, utpote ex aqua confecto nõ pluuia, sicut mulsa, sed qualibet: quanq; potest qui uolet, & ex pluuia aqua id conficere: ipseq; si pluuiam aquam probarem, id suaderem. Verum nec ipsam probo, & nihilo est deterius si acescit, potissimũ ad ea quę nunc sunt proposita. Quinimmo mediocriter etiam acet, quod saltem non omnino incuriose est cõfectum. Sanè cura conficiendi in eo est, ut nec fauus admodum sit uitiosus, coquaturq; bene in fontana aqua, quæ & pura sit, & dulcis. Oportet enim expresso à fauis melle, cætenus in aqua coquere, quoad nulla inde spuma existat. Ergo tum hac utendũ potione est: tum uero è uinis ijs quæ leuiter acescunt. Nutriendum præterea cibis est, qui citra calorem extenuent: cuiusmodi cappari est ex oxymelite uel oleo sumptum ad duos uel tres dies, ut dictum est. Quòd si crudos iam succos satis attenuatos speras, uinũ dabis qđ & substãtia sit tenue, & colore fuluum, albúmue. hoc enim & ad succi bonitatem, & cõcoctionem facit: illud urinam mouet. Sunt uero in Italia prioris generis Falernum, & Surrentinum: posterioris Sabinum, & Albanum, & Adrianum. In Asia uero prioris generis Lesbium, et Ariusium: secundi Titacazenum, & Arsyinum. Atque hæc exempli tantum gratia protulimus. Sunt autem & alia multa tum in Italia, tum in Asia, & cæteris nationibus, quæ his sunt similia: ex quibus facere delectum conueniet ad eas quas diximus notas respicientem, nempe colorem ac substantiã: crassa uero & nigra reijcere: ut quę tum malum succum gignant, tum tarde penetrent. Quòd si his adhibitis

melius habere se senserit: etiam lauare tum homi/
nem debebis, ungereq;, ac molliter fricare: ut uero
primum in urina subsidentia uisuntur, (ὑπόστασιν
uocant) tum frictiones augere, tum ad consuetas
exercitationes paulatim reducere. Hoc tēpore un
guentis ijs quoq; utendū quæ per halitū euocent:
de quibus & ante mentionem feci, & in sequenti/
bus faciam. Haudquaq; tamē in eiusmodi affecti/
bus uomitu utendū suaserim: sicuti nōnullis est ui
sum tū medicis, tum gymnastis, falsis (ut opinor)
ex ijs quę à Philotimo & Praxagora de eiusmodi
succorum curatione sunt scripta. Non enim cum
lassitudinū affectus abundant, sed cum hi soli inse
stant, uomitus eos expellit: quippe cum nullū pe/
riculum sit, ne intrò uiolentius reuellat̃ aliquid eo
rum excrementorū quæ in carne constitere: quem
admodū certe est, cum ambo redundant, & in pri/
mis uenis cruda, & in solidis mordacia. Caueri e/
nim in talibus satius est utrūq; reuulsum, & foras
crudorū, & intrò mordaciū. Sicuti igitur in supe-
rioribus cauimus, ne crudi succi foras traherētur:
ita ne mordaces reuocentur intrò, est utiq; cauen/
dum. Summę uero eorū quorum occasione foras
ferantur, hæ sunt, exercitatio, & frictio, & balneū,
& fomenta calida, et unctio calfaciens, tum ex ani
mi affectibus iracundia, & uno uerbo omnia quæ
succos qui alte in animātis corpore sunt mersi, ad
motum quoquouersus irritant. Quorum uero oc/
casione intrò ferātur, ea sunt quæ utiq; prohibent
foras ferri. talia sunt ex ijs quę cuti propinquāt, &
quæ frigida sunt, & quæ adstringunt: ad hæc, quæ
cunq; succos [introrsus] attrahunt, aut aliàs quo/
quo modo ipsorū intrò motum excitant: quorum
sunt tristitia, & horror quacunque de causa ortus:
(quippe cū & ex calida causa & frigida tum hor/
rorem gigni, tum etiam rigorem qualem suprà de
scripsimus, est ostensum) præterea quæ auditu ui
suúe animo aut stuporē aut horrorem incutiunt.
Hæc itaq; omnia deuitanda tum sunt, cum idem
homo pariter & lassitudinē sentit, & uenas habet
crudis succis refertas. Nam neq; qui extra sunt, re
cte intrò reuocantur: neq; qui intus sunt, foras: im
mo qui foris sunt, leuiter educendi per halitū sunt.
Siquidem quæ uehementius id faciunt, etiam eo/
rum quæ intus sunt, aliquid attrahunt. Qui uero
intus sunt, ij attenuandi coquendiq; sunt. Quòd
si uel uomitu eos uel alui deiectione educere uio/
lentius tentes: utiq; eorum qui foris sunt, aliquid
intrò rapueris. Neq; accusandus Philotimus est,
si tali usus expulsione est, ubi citra ullum aliū affe
ctum crudorū abundātia in primis uenis cōstitit.
Quin potius nos ipsos assuefacere par est, ut uete
rum scripta diligentius inspiciamus. Ergo quibus
intus crudi succi copia est, & foris lassitudinis sen
sus: ijs hyssopū in mulso coquens, non statim, nec
primo die, sed in sequentibus dabis: uomitu uero
abstinebis, ueritus (ut diximus) ne qd excremen/
ti externi intrò rursum reuocetur. Praxagoras ue/
ro ac Philotimus ratiōabiliter post eiusmodi mul/
sum, uomitum probant, propterea φ crudos citra

A lassitudinem succos curant. Cæterū quoniam de
his abunde dictum est: tempus monet reliquū ag/
grediamur affectū, in quo cū ulceroso sensu etiam
crudorum copia in corporis habitum est recepta.
Accidunt hæc in ijs maxime negociorū circum/
stantijs, in quibus aut calor, aut immodicus labor
crudos succos à uenis in carnem rapit: idq; ijs qui
nullam ad præsens recentē cruditatem contraxe/
rūt. Quippe hæc si adsit, uniuersum ita corpus cru
dis occupabit. Cuiusmodi affectus curatio etiam
post à nobis dicetur. Verum quoniā compositum
omne posterius simplici est: præstat (arbitror) reli
quum simplicem affectū prius expedire, ac dein/
de ad compositos uenire: quanquam ne hunc qui
B dem omnino simplicem est arbitrandum, sed ut in
ter lassitudines sua sponte ortas simplicem. Propo
sito nanq; nobis affectu qui lassitudinem excitat,
adijcimus illi reliquos. Sed quia in mistione aliàs
simplex unaq; affectio additur, aliàs cōposita: ita
simplicē appellauimus hanc de qua nūc agimus.
Esto igit̃ crudi succi copia in solidis animalis par/
tibus, nō in uenis: cui accedat ulcerosę lassitudinis
in his ipsis affectus. Quippe talis erat is de quo in
ter initia sermonis loqui institueramus. Sicuti igi/
tur in quorū uenis, & præcipue in primis, crudo/
rum copia erat, ijs esse à calidis cauendum censui/
mus, ueriti nè eiusmodi succi in habitum corporis
pertraherentur: ita nunc id timere non oportet.
Ergo danda his sunt quæ uel ad cutim usque ca/
C lorem suum transmittant: fricandumq; largiter o/
leo quod relaxandi uim habet: ac potissimum ma
ne cum surgūt à somno. Nam ea frictio simul con
coquit crudum succum, simul corpoream molem
animantis nutrit. Quiescendum uero post hęc diu
est, siquidē probè sint cessura. Sanè multo euiden/
tius efficiant cuius gratia fiunt, si homo exiguum
cibum pridie sumpserit, nec aliud à cœna bibat q̃
uinum quod fuluum sit ac tenue. Nec uero illico
exercitādū assidue et uehemēter est, necubi impru
dētes crudo adhuc succo nutriri corpus cogam⁹.
Vtilius itaque fuerit mane largius fricare, & post
id diu quiescere, ac modice inambulare, tū denuo
multa uti frictione, & balneo modice calido, præ/
terea alimentis quæ & boni sint succi, & minime
D glutinosa. Eorum materia suprà iam dicta est, ubi
ptisanā ad talia laudaui, & pisces saxatiles, & aues
monticolas. Apti cibi sunt & qui attenuāt, de qui
bus scripsimus uno libro. Nec est φ uerearis, ne ca
lorem uehementer accendas: quinimmo medica/
men quod diacalaminthen uocāt, audacter dabis.
Est uero compositio eius huiusmodi. Accipe cala
minthes, & pulegij, & petroselini, & seseleos, cu/
iusq; uncias duas: seminis apij, cacuminū thymi,
utriusq; uncias quatuor: ad hæc lybistici uncias
xvi. piperis uero octo & quadraginta. Ac piper
quidē grauis esto ponderis: quod βαρύσταθμον uo/
cant. Seseli uero Massiliense, petroselinum Mace/
donicum, huiusq; præcipue Astreoticū: Calamin
the & pulegium potissimū ex Creta. Sin minus,
certe ex regionibus editis & siccis. Simili ratione
& thy/

& thymum. Atq; herbarum quidem quicquid lig- A
nosum durumq; est, id abijciẽdum: accipienda ue-
ro ad medicamentũ folia, atq; ex his maxime quæ
subtilissima uirentissimaq; sunt, atque in summis
herbis nata: ad hæc flores, & quę cum ijs sunt unà
minutissimas tenuissimasq; festucas. hæc omnia si-
mul tundenda cribrãdaq; sunt tenui cribro. Quip-
pe eiusmodi medicamẽta in totum corporis habi-
tum maxime digerũtur: ueluti ediuerso crassiora
in uentre hærent, ut quæ angusta uenarum oscula
subire nequeant. Quamobrem etiam medicamen-
tum quod diospoliticon uocãt, cuius in hoc libro
mentionem feci, crassius facere soleo quoties deij-
cere aluum per id studeo. Quidam uero id non in-
telligens, cum tenuissimũ minutissimumq; instar B
pollinis fecisset, ut aluo deijciendæ nihil contulit,
sed urinam planè multã mouit: mecum rem com-
municauit, mirans ac sciscitans euentus eius ue-
ram causam. Ipse enim arbitrari se aiebat hominis
intemperantiam, (nam ita appellabat) eius quod
inciderat, causam esse. ut uero propriã causam di-
dicit esse compositionis rationem, postmodũ ali-
ter cõposuit, meliore successu. Ac huius quidem
præcepti in omnium medicamentorum composi-
tione meminisse expedit: propositum uero in præ-
senti medicamentum, omnia prorsus subtilia po-
stulat, quò facile in omnem corporis partem dige-
rantur ferantur q;. Miscendum uero his ita præpa-
ratis est mel optimum curiose despumatum. Por-
rò usus eius erit post matutinã frictionem, anteq; C
exercitationem & balneum. Licet & sine admisto
melle siccum medicamentum reponere, eoq; salis
uice ad obsonia præparati uti. Licet & in ptisanã
uelut acetum inijcere, uel in eiusmodi aliquid pro
pipere. Non modò autem siccum ipsum medica-
mentum, salis ritu in uario est usu, sed etiam cum
melli est admistum. Siquidẽ id quoq; potest cum
aliquo cibo mistum sumi, ita ut iucundum utenti
sit. Post cibum tamen nunquam nec hoc medica-
mentum, nec aliud ullũ quod ad distributionem
uehementiorem facit, sumendũ est. Non enim di-
stribui tum, sed concoqui quæ sumpta sunt, est uti-
lius. Melius itaque sit ijs qui externo aliquo præsi-
dio ad concoctionem egent, hoc tempore exhibe-
ri dia trion pipereon simplex: cuius cõpositionem D
ante exposui. Quinetiam ipsum piper potioni in-
spersum, percommodum est ad ea de quibus agi-
mus. quòd si qua fortasse maior necessitas incide-
rit, etiam quod ex succo mali cydonij conficitur:
cuius omnem compositionem uiresq; diligẽter in
sequentibus explicabimus. Verum ad ea quæ nũc
agimus, omniũ quæ mihi cognita sunt optimum
medicamentum est diacalaminthes. Nam & cras-
sa lentaq; attenuat, & per halitum educit, & urinas
mouet, & mulieribus menses. Est autem usu quo-
que iucũdissimum, præsertim cum liberalius mel
accepit: quo tempore coqui largius postulat. Qui
uero auersantur dulcia, & mel fugiunt (nam eius-
modi quoq; naturas inuenias) ijs parũ in compo-
sitione miscebis. Sanè melius his quoque fuerit si

A largius coquatur. Nam & minus est eõ pacto dul-
ce, et minus stomachum eorum qui à melle abhor-
rent, subuertit. Atq; omia quidem huiusmodi uel
ante nostram admonitionem sibijpsi quis excogi-
tabit, unum scilicet ubiq; destinãs, nempe ut quo-
ad fieri licet, iucundissimum fiat medicamentum,
sed tamen uirium eius utilitate seruata. Non enim
hanc, dum dulcedini studetur, solui iubeo. Vbi igi-
tur circiter duos uel tres primos dies ita præpara-
tus homo est, non incommodum fuerit etiam con-
suetis eum exercitatiõibus admouere: animaduer-
sis prius tum coloris bonitate, tum alijs notis quę
in præcedentibus sunt comprehensæ. Nam si om-
nia commode se habere uidentur, plenè exercitan-
B dus est. Sin minus, etiam ante mediocritatem desi-
stet: ac in prius dictis tum uictu, tum medicamen-
tis eo die habendus: postridie rursus exercitationi
dandus, super ijsdẽ tum notis, tum scopis, ut cum
omnia ex sententia, commodaq; appareãt, ad ean-
dem uictus rationem reuoces, cui ante insueuit q̃
lassitudinis symptomate urgebatur. Quoniam ue-
ro & acopo, quod ex abiete fit, uti expedit ijs qui
in carne & tota corporis mole succos congesse-
runt, qui aut cõcoqui desiderent, aut per halitum
digeri: non ab re fuerit eius quoq; compositionem
apponere. Est igitur abietis pulcherrimum semen
circa Arcturi emersum, quo tempore Romæ Se-
ptẽber mẽsis est, apud nos uero Pergami Hyper-
beretæus, Athenis mysteria. Id semen conijcere
C oportet in oleũ quolibet anni tempore. Nullum
enim in ea re discrimen est. Melius tamen fuerit, si
id contundas prius quàm inijcias: quãdo ita citius
oleum sua qualitate uicq; inficiet. Erit id spatiũ die-
rum minime quadraginta. Nos uero sæpe & tres,
& quatuor, etiam multo plures menses macerari
permisimus: sic deinde semen abiecimus: humidũ
uero linteo percolauimus. Esto uero eius generis
oleum, cui relaxandi uis insit: cuiusmodi in Italia
Sabinum est. Cõijcies autem in quinque & uigin-
ti heminas eius seminis modium Italicũ. Esto au-
tem & hemina ipsa Italica: quam utique & libram
nominant. Vbi uero maceratum in eo semen fue-
rit, multo planè minus redditur. Ei igitur quod re-
liquum est, idoneus ceræ modus erit, si quatuor li-
D bras immiseris, resinæ uero abietinæ libræ unius
partem tertiam. Id æquat drachmas trigintaduas.
Inijcies uero & pineæ resinæ tantundem. Quòd si
harum copia nõ sit, earum loco terebinthina uten-
dum. Coques uero commodius hæc in uase dupli-
ci, aut certe igni lento, qualis prunarum est: quæ
tamen nec ipsæ multæ esse debent. Medicamen
hoc aptissimũ est ad omnem lassitudinẽ, seu spon-
te ortam, seu alia quauis ratione contractam. Vti-
le sanè medicamentum est & quod ex populi flo-
ribus fit. Id tale est, Ex floribus populi adhuc con-
niuentibus modius Italicus in quindecim aut ui-
ginti libras Sabini olei immittit. Si id præsto non
est, simile aliquod præparandum oleum est. Di-
ctum uero in præcedentibus est, simile esse quod-
cunque tenue est, uel ullam adstringendi uim ha-

bet. Magis uero ad rem ptinebit, & si modice con- A
tritum ipsum florem in oleum conijcies. Quòd si
quotidie medicamentum dimouebis, idq; potissi-
mum cũ sol feruebit, ac in domo calida repones:
celerius ita magisq; tum qualitas populi, tum uis
in oleum migrabit. Itaq; post binos ternósue men
ses potes flore expresso atq; abiecto habere oleum
quod sine ulla morsione per halitum digerat, idq;
nihilominus quàm abietinũ. Quinetiam ceræ &
resinæ tantundẽ inijcere licet, quantum paulò an
te in id quod ex abiete confici diximus. Siquãdo
uero humidum id quod exprimitur, crassius uide-
bitur, sat fuerit uel quintam partem ceræ adijci, ne
dum quartã. Ego uero etiam sextam me addidisse
scio, ubi & oleum crassum erat effectũ, & qui usu-
rus erat, liquidiore medicamento delectabatur. B
Nonnulli diu macerari tum flores, tũ semina non
ferentes, partim ea percoquere in oleo coguntur,
partim aquam inijcere: utiq; qui cautiores sunt:
quò uidelicet nec torreantur quę sunt iniecta, nec
oleum ustionem odore referat. Qui uero his ma-
gis sunt curiosi, in duplicibus ij uasis coquũt. hoc
fit cum in lebete in quo sit aqua feruens, inseritur
exiguum uasculum in quod fundi oleum debet.
Id quod sanè nos facimus, nõ tamẽ ad semina flo-
résue coquẽdos: (quippe hac coctione minime e-
gemus, propterea quòd ea diu maceramus) sed tũ
cum in conficiendo medicamento ceram & resi-
nas liquare in lebete paramus. Qui uero celerius
ea præparare cogitur, hunc necesse est & ut prædi
ctum est, præcoquere, & ne torreantur, aquam ui- C
númue inijcere. Atq; ad ea quidẽ de quibus nunc
agitur, utilior aqua est: uinũ uero ad podagricos
affectus, &, uno uerbo, articulares. Porrò sufficit
tantulum aquæ admisceri, quantũ coquendo to-
tum uanescet. Is modus erit, si quadruplũ eius aut
quintuplum oleum sit. Ergo & hęc medicamenta
succos quicunq; non crassi, nec lenti in carne cu-
teq; resident, euaporẽt: & ad hæc quod ex chame-
melo fit oleum, tum ipsum solum, tum uero cera
resinaq; adiectis. Quorum modus hic quoq; satis
erit idoneus, si ceræ pars quarta, resinæ duodeci-
ma sit immista. Sicui uero nullius horum quæ me
morauimus, oleorum copia sit, huic anethinum
præparasse est facillimum. Potest uero & id medi-
camentum per halitum digerere, siue solo eo, siue D
cum cera resinaq; utare. Danda uero opera est, ut
in uase duplici & anethinũ coquatur. utiliusq; fue
rit si anethum uiride sit. Quod utiq; siquo tempo-
re requiris, competet, maturũ id esto. Iam sampsy-
chinum oleum, hyeme & regione frigida, ac tem-
pestate simili idoneum medicamentũ est. Habeto
uero ceram ac resinam id quoque, si præsertim ma
nere id super uncto corpore diutius studes. Simili
ratione rosmaris herba oleo incoquenda. Quòd si
nec ea sit ad manũ: betæ albæ radix, & cucurbitæ
agrestis, & altheæ, & uitis albæ, efficaciter euapo-
rant ubi suam ipsæ qualitatem uiresq; in oleo ali-
quo similis facultatis dimiserunt. Quodcunq; ue-
ro sic præparatum oleum est, in id si uel ceram so-

lam, uel cum ea resinam inijcere uoles: non solum
pulcherrimum, sed etiam quod in loco bene hære
bit, unguentũ facies. Abunde autem omnino erit,
si ceræ quartam partem, resinæ duodecimam in-
ieceris. Si uerò etiã duas resinas inijcies, nẽpe abie
tinam, ac pineam, quam στροβιλίνην græcè uocãt,
aut tertiam super has terebinthinam, aut etiam, hę
si desint, humidam pini resinam: sic quoq; medica
mentum feceris, quod euaporandi uim habet. iam
hæ si desint, aut ea quæ in fictilibus habetur resi-
na miscenda, aut quam φρύκτην Gręci dicunt, id
est frixam. Nec ignoro tamen has supradictis im-
becilliores, cæterum non omninò cõtemnendas.
Cum uerò reliquus lassitudinis affectus sit, in quo
supra ulcerosum sensum copia crudorum in toto
B corpore congesta est: de hoc quoq; dicendum est.
Nec est inuentu difficile quemadmodũ emende-
tur, siquis ea quę dicta sunt, sequatur. Si enim ubi
in primis uenis crudi succi copia est, dissecandum
nobis eum esse, cõcoquendumq; diximus, cauen-
tibus semper ne in habitũ corporis traducat̃: ubi
uerò in extremis uenis & corporis habitu resedit,
& concoquendum pariter, & per halitũ resoluen-
dum: nimirum quibus ambo inciderunt, in ijs am
bæ rationes sunt miscendæ: atq; id, siquidem pari
noxa urgere uidebuntur, ęquali utriusq; respectu.
Sin alterum prægrauat, utiq; totius curationis stu
dio in id propenso: nec tamen altero quod minus
est, neglecto. Miscebis autem utriusq; curationẽ,
ad hunc modum: Non enim ab re fuerit exemplo
C aliquid de hoc egisse. Suasimus ijs quibus in pri-
mis maximè uenis crudi succi congesta copia est,
simplici dia trion pipereon medicamento uti. Er-
go si nõ modò in his, sed etiam in omnibus uenis
sit, superq; in ipsa carne: in principio curationis
ipso dia trion pipereon utendũ, sed cui admistum
petroselini tantum sit, quantum anisi, & thymi, &
gingiberis habebat: post primum uerò diem, ma-
gisq; etiam post secundum miscendum eidem est
aliquid diacalaminthes. mox uerò partes æquè mi
scendę: procedente deinde tempore, ipsius diacala
minthes plus addẽdum: ad extremum uerò etiam
solum exhibebitur. Ad eundem modum & in reli
qua omni uictus ratione, quoties pares affectus
sunt, miscendę eorũ medendi rationes sunt, sed ita
D tamen, ut inter initia potiores medendi partes ijs
præstentur quæ in primis continentur uenis: in fi-
ne uerò, ijs quæ in carne: medio inter hæc tempo
re ambæ rationes æquabiliter miscebuntur. Hæc
igitur & prędicta à me sunt, et patere iam arbitror
qua ratione corrigi oportet, quod peccatũ in suc-
cis est, prius q̃ hominem morbus occupet. Ex ijs
enim quæ in ulceroso affectu retulimus, cũ adiun
ctus uitioso succo est: ratiocinari licet & de alio
quouis, cum solus constiterit. Ac de primo quidẽ
lassitudinum genere, in quo punctionis quidẽ sen
sus omnes animalis partes infestat, ac cæteris ui-
tiosi succi redundantijs, quæ corpori uel solæ, uel
cum lassitudine accedunt, fermè diximus uniuer-
sa. De ea uero lassitudine quæ à nobis tẽsionis est
appellata

appellata, deinceps agamus. Atq; hanc quidem A cum citra exercitationem conſtiterit, abundan-tiam indicare aliquã, quæ ſolidas animalis diſten dat, tum alijs quibuſdam probatis uiſum eſt medi cis, tũ non in poſtremis Eraſiſtrato. Vbi uero ſan guinis redũdantia grauat, dictum (puto) ſupra eſt optimum eſſe uel uenam incidere, uel malleolum ſcarificare. Reſumendus uero idem & nunc ſer-mo eſt uel Eraſiſtrati cauſa, qui nec in alio quo-uis, neq; uero in hoc affectu ſanguinis detractio-ne eſt uſus. Ac quòd in ſaluberrima quidem natu ra, de qua ſermo habetur, licet alia quoq; ratione eiuſmodi redundantiã emittere, dictum ſupra eſt. In uitioſis nanq;, in quibus uidelicet uel in cere-bro, uel in ſpiritus inſtrumentis excrementũ ſub-ſiſtit, quantum diſcrimen aditur ſi ſanguinis detra B ctione omiſſa, alia uacuãdi ratione utare: dicetur alicubi in ſequẽtibus libris, ubi de uitioſis corpo-rum ſtatibus agemus. Sed & dictum iam eſt in li-bro quem de ſanguinis miſſione ſcripſimus con-tra Eraſiſtratum. quo minus hoc loco longior de his habendus ſermo eſt, ſed ad reliquum & tertiũ laſſitudinis genus, cum ſponte oritur, tranſeun-dum: quod in ſuperioribus phlegmones ſimilitu-dinem repræſentare diximus, & propter doloris magnitudinem, & quòd cum euidenti calore etiã muſculos in maiorẽ molem attollat. Hæc laſſitu-do ne paucis quidem horis, nedum duobus tri-búsue diebus, eodem tenore cõſiſtit, prout Eraſi-ſtrato placet: ſed ſtatim febrẽ accendit uehemen-tiſſimam, niſi ſanguinis detractiõe malo prius ſit C occurſum. Quinetiã calidiſſimus eſt in huiuſmo-di laſſitudine ſanguis: eiuſq; plurimũ detrahi po-ſtulant qui ea premuntur ferè omnes. Non pauci uero eorum febricitant etiam ſi ſanguinem detra xeris. Itaq; nec cunctari, nec parum detrahere cõ-uenit, ſed & mature educere, & niſi quid aliud ue tat, ad animi defectum uſq;. Optimũ uero fuerit, bis eodem die, ſi fieri poteſt, detrahere. Ac primũ quidem ita mittere expedit, ut animi defectũ ho-mo non adeat. Secũdo uero ne defectus quidem ipſe eſt formidandus. quippe qui priore detractio ne reſolutus eſt, ſecundam ſuſtinere haud poterit. In hac uero ſiquid tale homini incidit, facile reuo-cabitur. Qui uero ſic affecti ſanguinẽ nõ miſerint: hi ſi euaſerint, utiq; fortunæ beneficio id acceptũ D ferẽt. Sed nec euadent: niſi alia quapiã ratione le-uentur, aut ſanguinis è naribus profluuio, aut lar-go ſudore effuſo. Porrò æſtimare diligenter opor tet qui ſanguinẽ ſunt miſſuri, in thoracéne, dorſo, & lumbis tenſio pulſanſq; dolor figatur, an in ca-pite potius & collo. His eñ affectis humeralẽ ue nam diuides: maxime ſi repletum caput & calidũ ſentiunt: illis uero internã. Si uero omnino æqua-biliter laſſitudo corpus occupat, ambarũ mediã. Ac ſi ab inciſa quidẽ uena febrire cœperint, alte-rius eſt artis his ꝑſpicere. Sin autem tũ nõ febrici tẽt, primo die poſt inciſã uenã aut ptiſanæ cremo rem, aut ſorbitionem ex alica ſolum dabis. Secũ-do uero etiã lauare licet cũ copioſo oleo. nutrire

A uero tãetſi laueris, plane moderatiſſime debebis, lactucæ, ſi placet, aliquid offerẽs, uel (ſi ſit) cucur-bitæ & ptiſanę. Eſt & alica non inutilis, ſiue hanc aceto ut ptiſanam condias, ſiue etiam ſine aceto. Si cucurbitę copia nõ ſit, malua betaq; & lapatho & atriplice eſt utendum. Quòd ſi carnẽ quoq; gu ſtare uelit, ſaxatiles piſces uel oniſcos in albo iure bene elixos dabis. Voco ius album, cum ſine ga-ro, magiſq; etiam ſine ſuperuacua conditura, cu-iuſmodi καρυκίαν Græci uocant, pręparatur, ane tho ſaleq; cũ oleo & porri exiguo in aquã conie-ctis. Vino autẽ utiliter etiã ipſo ſecũdo die parcet. tertio uero, ſiquidem aquę potionẽ facile toleret, tunc quoq; uino abſtinebit: ſi non ferat potiſſimũ quidẽ apomeli dabis. quippe leuiter refrigerat ea B quoq; potio: quo utiq; indigent quę phlegmones ſenſum habent laſſitudines. Hoc ſi nõ ſit, albũ & tenue uinum offeres: aliaq; pro ratiõe exhibebis, quæ ut boni ſint ſucci, ita minime calfaciãt. Cauẽ-dum uero præter cætera eſt ne propere & multũ, nõ ſenſim & paulatim renutrias. Quippe qui poſt huiuſmodi exinanitionẽ ad priſtinã diætam proti nus redeunt, ijs corporis habitus crudis ſuccis im pletur: quos nimirũ anteq; concocti commode in uentre ueniſq; ſunt, corporis moles ad ſe rapit. Et hæc quidem laſſitudo cõmodiſſime ad hunc mo-dum curatur. Quam autem ob rem in ijs qui hac premuntur, iterari ſanguinis detractionem iubeã, nec hos multũ ac ſimul reficere: ſatis profecto fue rit uel Empiricorũ cauſam reddere: nempe ꝙ & C magis iuuãtur quibus ſic eſt emiſſus, & bona ua-letudine diutius fruuntur qui ſicut cõprehenſum eſt ſunt tractati. Cæterum & quæ ex natura rei du citur rationem appoſuiſſe non ſit alienum. Quo-niam igitur in hac quæ ueluti phlegmone fatigat laſſitudine, uis calidi ſanguinis congeſta in corpo ris mole eſt, uenæ autẽ ſectio ſuccos è uaſis emit-tit, utile eſt poſt priorẽ detractionẽ tantiſper inter mittere, dum aliquid eorũ qui in corpore ſunt hu mores, remigret ad uenas. Quod tamẽ quoniam committendum non eſt ut in his maneat, utpote ex dimidio corruptum, ſed potius plurimum eius expellatur: idcirco detractionem ſanguinis etiam ſecundo die iteramus: aliquãdo uero & in tertio, ubi uidelicet & reuellere, & ex alijs in alia tranſ-D ferre uiſum eſt conducere. Dictum uero de omni eiuſmodi ratione exactius eſt in ijs quę de ſangui nis detractione ſcripſimus. quæ nunc ideo recen-ſendi locus non eſt, ꝙ & ad medẽdi artem magis pertinet, & in hoc ipſo fortaſſis opere plenius de ſanguinis miſſione ſumus acturi. Reliquum ergo eſt ubi docuerimus nõ eſſe à ſanguinis miſſione feſtinanter reficiendũ, hic librum hunc finiamus. Præſumetur autẽ & ad huius ſermonis fidẽ, quid-dam quod in opere de naturalibus potẽtijs eſt de-monſtratũ. Ibi eñ oſtendimus, omnibus ijs quæ propria natura regũtur, uim quandã eſſe inſitam qua ſimiles quibus alant ſuccos poſſint attrahere. Demonſtratũ præterea eſt, ubi proprio & cõmo-do nutrimento deſtituuntur, urgeri uel non com

modum rapere. Tale porrò eſt quod nondum in uentre ueniſq; concoctum eſt. Ergo neceſſum eſt cum homo largius ſe cibis impleuerit, eo caſu crudi ſucci plurimũ in corpus animalis rapi, idq; multis de cauſis, & quòd deterius in uẽtre ueniſq; cõcoquitur quod copioſius eſt, & quòd multum in corporis molem ideo ſubit, quia multũ ſupereſt, & quòd citius etiã ꝙ par eſt, propterea quòd uenter uenis, uenæ reliquis omnibus animalis partibus rapi quod nondum confectum eſt, permittũt. Quod adeo non facerent, ſi id exiguũ eſſet quod ipſæ haberent. Demonſtratũ eſt enim partes ipſas ex alimento primũ ſua portione frui, mox ceteris transmittere. Ergo ultima præcipuaq; noxæ cauſa eſt ijs qui ſic ſunt affecti, quòd quę in corporea animalis mole habẽtur partes, ubi multum ſemi- B coctumq; attraxerunt nutrimentũ, non paruam excrementorum uim ex ea re congerunt: cũ neq; perinde ac ſi bonum eſſet, cõcoquere id omne ualent, neq; etiam ut cum corpore coaleſcat & aſſimilet, efficere: immo parũ proſpere ſingulas functiones obire poſt uitioſum multumq; nutrimentum par eſt. Similiter enim his euenire neceſſe eſt ut uentri cum abundantia male præparati cibi eſt refertus. Male præparata uoco, quæ elixari torreriue debentia, iuſtum in his finem non ſunt conſecuta. Ergo ſiue panis non ſatis eſt coctus, ſiue caro legumenue intra modum elixum, fieri nequit ut hæc uenter probe concoquat. Eadem uero ratione ſe habent & quæ in uentre male ſunt confecta, ad ſecundam concoctionem quæ agitur in ue- C nis: qua male præparati cibi, ad concoctionẽ quæ eſt in uentre. Quinetiam quæ in uenis male ſunt concocta, ſic ſe habent ad concoctionem quæ agitur in carne, quemadmodum ſe habebant cibi ad eam quæ eſt in uentre: & quæ ex hoc ſubeũtia, ad eã quæ eſt in uenis. Ergo nec uenter externa quæ ſumpſit, exacte concoquit, nec uenæ hæc quæ à uentre excipiũt. Sed nec carnes quę ex uenis, ubi probe ante nõ ſunt confecta. Atq; interim excrementi copiam in corpore prouenire eſt neceſſe. Ac rem quidem omnẽ, ut breuiſſime licuit, iam diximus. Quòd ſi quis dictorum cuiuſq; certam ex demõſtratione ſcientiam cepiſſe uelit, is librũ de naturalibus uirtutibus legat: in quo primum illud liquidò demonſtratum eſt, uentrem ſua ipſius D cauſa nutrimentum ſuſcipere, ut eo tum fruatur, tum quod ſibi deſit, ſuppleat: eoq; amplecti id undiq;, ac retinere totum, quoad ſe ſatiauerit. Secundò illud, eundem ubi ali præterea non deſiderat, imam ſui partem (πυλωρὸν Græci uocant, id eſt portam) recludere, ac quod ciborũ ſuperfuit, exprimere, peſſumq; ceu alienũ onus trudere. Deinde quòd ipſo tranſitu per inteſtina, ac potiſſimũ tenuia, uenæ quæ huc pertinent, alimentum ad ſe rapiunt, quod ex mora quam in uentre habuit, & alteratũ, & animali magis idoneum eſt effectum: mox in ipſis uenis quoq; ab alia in aliã tradit, ad eundem modum quo ex uentre in uenas. hinc uero iam plane confectum in ſingulas pertrahitur a-

A nimalis partes: ubi tertiam cõcoctionem nactum, ipſi alendo corpori aſſimilatur. Hæc ſiquis ex eo libro colligat, nihil eſt quòd cauſam amplius requirat cur multi habitu corporis exinanito, niſi ſenſim renutriãtur, plurimum excremẽtorum in toto eo congerant, atq; ex his nõ leuiter ægrotẽt.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER QVINTVS THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

B QVintum de ſanitate tuẽda librum ingrediens, ſiqui forte erunt qui prolixitate operis noſtri grauabũtur, hos primũ ſolari uolo. Non enim noſtra id culpa euenit: ſed propoſitæ rei natura. Si enim fieri poteſt ut qui breuibus longam contemplationem abſoluit, nihil neceſſariũ omittat: fateor errorẽ meum, ceu nulla neceſſitate ambages ſecutus ſim. Sin clarius ſimul breuiuſq; diſſeri de ijſdẽ non poteſt, nemo nos meritò accuſet, ſed ipſos potius qui eorũ quæ neceſſaria ſunt, nõ pauca prætereũt. Eſt uero illud ſimul ex maxime neceſſarijs, ſimul ueluti elementũ totius artis quę ualetudinẽ tuetur, quòd numeroſę hominũ ſunt naturæ, prout in confeſſo eſt omnibus tum medicis, tum gymnaſtis. Quorũ tamẽ plurimi ita de ualetudine tuenda ſcribunt, quaſi de uno homine a- C gant: idq; ne uno quidẽ oſtenſo quem prius iuuerint: quanq; non unum, ſed multos, quos morbis prius aſſiduis implicatos, ipſi poſtea multis annis in ſanitate ſua opera ſeruaſſent, indicaſſe, ac ſic ad ſcribendum acceſſiſſe par erat. At nos ipſis rerũ effectis id oſtendimus: & ijs qui prius aſſiduis premebãtur morbis, inde adeo ꝙ ſanitatis præceptis paruiſſent, in omni integritate ſeruatis, ſic demũ de ipſis ſcribere ſumus aggreſſi. Quippe alios exercitari in totũ uetuimus, iſtis uidelicet exercendi corporis cauſa ſuſceptis, ac ſolis uitæ actionibus cõtentos eſſe ſuaſimus. Alijs de multitudine exercitationũ demere aliquid iuſſimus. Vt totũ breuiſſimis cõplectar, alijs qualitatẽ tantũ, aut ordinẽ, aut tempus, alijs uniuerſam earũ mutare ſpeciem D iniũximus. Aeque uero de balneis præcipientes, utiq; ꝙ aut omnino his ſuperſedendum eſſet, aut ſæpius quàm ante utẽdum, aut rarius, aut ante cibum tãtum, aut etiam poſt cibũ, aut calidioribus quàm ante, aut magis tepidis, aut frigidioribus: prorſus omnis morbi expertes multis annis reddidimus. At nihil horum facere licuiſſet ſi neq; naturales corporum differentias compertas habuiſſem, neq; debitam cuiq; ſalubrem uictus rationẽ. Nonnulli uero ex ijs qui de ſanitate tuẽda literis produnt, aut etiam ſine ſcriptis de ea præcipiunt: ne ſeipſos quidem defendere à morbis perpetuò potuerunt. Ita cum à cauillantibus tum alia quædam, tum uero uerſus ille obijcitur, ἀλλῶν ἰατρὸς, αὐτὸς ἕλκεσι βρύων. (id eſt, Alijs medens, at ipſe

ulceribus

ulceribus scatẽs)alij id negocijs imputant, alij ob intemperantiã se ægrotare fatentur. ſed horũ magis improba me iudice defenſio eſt, ꝙ ipſum qđ obijcitur crimẽ. Qui uero ijs quæ in uita incidũt, cauſam tribuunt, ſiquidem diaria febri laborant, ex æſtu, frigoribus, laſſitudine, alijſꝗ id genus occaſionibus: hos uindicare à culpa decet. ſin alia qualibet, minime. Quippe nec ipſi omnino ſine febri exegimus, immo ex laſſitudine nonnunquam febricitamus: nullum alias morbũ multis iam annis experti. Quinetiam percuſſus certis corporis partibus, unde alij phlegmonis bubonisꝗ contractis febricitarunt, ipſe nunꝗ phlegmonen bubonemue ſenſi, nec febri laboraui: non aliunde certe ꝙ ex ſeruandæ ſanitatis arte tanta commoda con
B ſecutus: cum alioqui nec ſalubrem corporis ſtatũ ab ortu ipſo ſim nactus, nec uitam plane liberam ſortitus, ſed in qua tum artis officijs ſeruierim: tũ amicis, cognatis, & ciuibus, in pluribus inſeruierim: tum plurimam noctium partem, nõnunquã ægrotãtium ipſorum cauſa, ſemper autem dulcedinis ſtudiorum gratia peruigilauerim: nec tamẽ ullo ſenſi me corporis morbo tentatũ multis annis, excepta (ut dixi) diaria quandoꝗ febri: (quæ tamen & rariſſime, nec niſi ex laſſitudine incidit) quamuis in puerili ætate, atꝗ etiam tum in ephebia, tum adoleſcentia, morbis nec paucis, neꝗ his leuibus premerer. Sed poſt octauum & uigeſimũ annum, cum perſuaſiſſem mihi eſſe conſeruãdæ ſanitatis rationem quandam: præceptis eius per
C totã deinceps uitã parui, ita ut nec minimo morbo poſt laborarim, niſi forte (quæ tamẽ rarius incidit) diaria febri: cum alioqui liceat hanc quoꝗ in totum effugere ſiquis liberam uitam ſit nactus: ueluti in ſuperioribus iam oſtendi: fietꝗ, ſiquis animum aduertat, etiam clarius in ijs quæ mox dicam. Illud enim affirmare auſim, ne bubone quidem laboraturos eos qui præparati ad ſanitatem adunguem ſint, ſi modo eorum corpus ab utroque excrementorum genere uacet, & eo quod in quantitate conſiſtit, & eo quod in qualitate. Atꝗ ad eos quidem qui nunc ſanitatis tuendæ præcepta dicto ſcriptóue profitentur, uel hæc ſatis arbitror. Prioribus uero, quosꝗ nec ſeipſos extra morbum perpetuo, nec eos qui ipſis paruiſſent,
D ſeruaſſe aut aliorum relatu audiuimus, aut ipſos in ſcriptis ſuis tale quippiam iactare auſos: ne contradicendum quidem cenſeo. Mirãdum certe potius arbitror ſiquis eorũ uniuerſam ſanitatis tuendæ artem uno libro complecti eſt pollicitus, præſertim non (ſicut Hippocrates) in primis & ſummis capitibus methodũ indicãs, ſed ſicut nos, omnia rationibus firmans. Ac prolixitatis quidẽ ſermonũ noſtrorũ cauſa iam dicta eſt. Quiſquis autem honeſti probiꝗ ſtudioſus eſt, ac pro ijs quæ optima ſunt, diligens: hunc decet non tã artis huius lõgitudine grauari, ꝙ magnitudinẽ eorũ quæ promittit, ſuſpicere. Nam qui, quæſo, non magna illa mirandaꝗ artis opera ſunt, ſicui nõ ab ipſo ortu imbecillũ corpus fuit, hũc & ad plurimã perdu

A xiſſe ſenectutẽ, & ſenſibus illæſis, ab omni prorſus morbo doloreꝗ alienũ atꝗ integrũ perpetuo ſeruaſſe? Ego uero etiam nonnullos quibus ſalubre admodum firmumꝗ natura corpus erat, uidiſſe mihi uideor permultis morbis afflictos, ac poſtremo immedicabilibus malis in ſenectute ſaltẽ oppreſſos: quos tamen fas erat, quod ex naturali habitu fuit, tum ſenſibus omnibus illæſos, tũ reliquis corporis partibus ſanos ad ultimã uſꝗ duraſſe ſenectutẽ. Quonã igitur pacto turpe non ſit, qui optima natura ſit præditus, hunc ob podagrã ab alijs geſtari, aut calculo iam cruciatũ, & colo, & ulcere in ueſica ex cibis mali ſucci cõtracto, doloribus contabeſcere? Quomodo rurſus non turpe ſit propter articularem morbum ſuis ipſius ma
B nibus uti non ualentẽ, alienis egere quibus ori cibos admoueat? Cuiꝗ ſedes infirma eſt, eo qui in deiectione [ſubminiſtret?] Satius enim ſit, ſicui ullum omino pectus eſt, ſexcẽties malle mori, ꝙ tali uita uiuere. Quòd ſiquis tam impudẽs ſimul delicatusꝗ eſt, ut turpitudinẽ ſuã negligat: at dolores quos noctes diesꝗ ex uitijs ſuis ſuſtinet, nõ aliter ꝙ qui à carnificibus torquentur, certe contemnendi non ſunt: tametſi certe hęc oĩa uel intemperantiæ uel ignorantiæ uel utriꝗ imputent oportet. Verum intemperantiæ corrigẽdæ hic locus non eſt. Ignorationi eorum quæ agenda ſunt, hoc opere (ut ſpero) medebimur, ſcilicet pro quauis corporum natura, propria ſanitatis tuendæ ratione appoſita. Initium uero mihi rurſus ab opti
C ma natura iuſtum erat: ad cuius curationem omne conſilium dirigitur, non eò ut corrigatur, ſed ut in ſtatu ſuo ſeruet. Id quod ipſi hactenus fecimus: qui de ea per ſingulas ætates præter inclinantem (παρακμαστικὴν Græci uocãt) egimus. Cuius extrema pars ſenium proprie dicitur, ipſum quoꝗ in ſuas partes diductum, ut poſt dicemus ubi ea pars artis tradetur quæ de ſenibus curandis agit: γηροκομικὴν Græci uocant. Verũ nunc ſaltẽ præcipuis eorum quæ dicta ſunt, repetitis: ad uitioſas corporum naturas trãſibimus, ac quemadmodum cuiuſꝗ earum ſeruari ualetudo poſſit trademus. Ergo optimũ corpus ad ſui cuſtodiã hæc in qualitate, quãtitate, & facultate poſtulat. In exercitationibus, quæ moderatæ mediocresꝗ ſunt,
D queꝗ ſingulis corporis partib. equabiliter ſint adhibitæ, idꝗ omĩ uitato exceſſu: aut ſicubi in quoquã dictorum ſit erratum, errore correcto. In edẽdorum uero bibendorũꝗ natura, ſimiliter in qualitate, quantitate, & facultate, hic quoque ſcopus eſto ipſa mediocritas, ut nec plura nec pauciora capiat ꝙ quæ ubi cõcocta diſtributaꝗ in corpus ſint, idemꝗ bene nutrierint, ac ſi opus ſit gliſcentibus adhuc, mediocre quippiam adiecerint: nihil relinquent quod uel ſuperuacuũ ſit, uel deficiẽs. Ad eundem modum in ſomno, uigilijs, balneis, animi actionibus, & alijs id genus, mediũ omnis exceſſus ſeruari debebit. Quòd ſi in aliquo ſit erratũ, corrigẽdus error eſt. Porrò omnis corrigẽdi erroris cõmunis eſto ſcopus, contrarij exceſſus

uſurpatio

usurpatio: ita ut si plusculum pridie fatigatũ cor- A
pus est, demas aliquid de exercitationum modo.
Sin minus iusto se exercitauit, ut exercitij modũ
augeas. Eodẽ pacto si cõcitatiore motu est usum,
ut hunc modice remittas. Sin remissiore, ut inten-
das. Simili modo si robustior motus præcessit, ut
pro hoc mitiorem iniũgas: pro leuiore cõtra qui
ualentior sit, & pro languido uehemẽtem, & pro
uehementi contrarium: & uno uerbo, ut omnem
excessum contrario excessu corrigens, in sanitate
hominem custodias. Vt autem corrigendo nõ er-
res, primum corporis affectus ad unguem scire o-
portet, deinde omnium eorum quæ priore die fa-
cta uideris, meminisse. Nam affectus quidem qđ
delictum sit docebunt. Recordatio eorum quæ
pridie sunt acta, quãtum tibi à consuetis receden- B
dum sit, insinuat. Atq; in affectibus quidem eius-
modi excessus uideas, quòd aut gracilius, aut obe
sius, aut durius, aut mollius, aut siccius, aut humi
dius, aut rarius, aut densius corpus ꝗ ante appa-
ret, cum eo etiã quòd nec naturalem coloris gra-
tiam ad unguẽ seruat. Memoria uero factorum,
& quod peccatum est, ostendet: & prout corrige-
tur, ex præsentiũ collatione docebit. Nam si gra-
cilius redditũ corpus sit, æstimare oportebit, atq;
ad memoriam reuocare, plus'ne ꝗ par erat, exer-
citando fatigatus homo sit, aut cõcitatiore motu
usus, aut fricãdo lauandòue modum excessit. Ab
his mox considerare, nimiáne cogitatiõe sit usus,
aut nimium uigilauerit, aut per aluum lõge plurà
iusto deiecerit. Expendi etiam debebit num do- C
mus in qua uersatus sit, calidior fuerit, aut par-
cius comederit uel biberit, aut ueneri liberius in-
dulserit. Sin obesius uisum corpus sit, num fri-
ctio [mollior,] aut exercitium parcius aut tar-
dius, aut somnus longior, aut uenter adstrictus,
aut ciborum copia optime concoctorũ præcesse-
rit. Si uero durius quàm ante corpus apparet: pri-
mum frictionum meminisse oportet, mox robu-
starum exercitationum, an hæ robustæ, & cum
cõcertatore duro densanteq; præierint: ad hæc, an
in puluere, eoq; duro ac frigido, & an citra apothe
rapiam. Dein balnei, an uidelicet hoc planè frigi-
dum fuerit, an nimium calens. Præterea domus
in qua dormiens uigilans'ue uersatus est, nũ frigi
da. Itemq; ciborũ siccitatis, & potionis penuriæ. D
Sin mollius ꝗ prius, postridie corpus uideat̃: pri
mũ quidem frictionũ meminisse cõueniet, an mol
les, & cũ pinguitudine, & balneis leniter tepidis
sint adhibitæ. Ab his reuocari ad memoriã debe-
bit an exercitationes tardæ & exiguæ cũ cõcerta
tore immodice molli præcesserint. Dein an potio
uberior fuerit. Mox an cibos plures, aut natura
humidiores acceperit. Postremo an multum dor-
mierit. Proximus molli corporis affectui est hu-
midus: hoc differẽs, ꝙ mollis ipsorũ corporũ pro-
pria qualitas est, humidus qui in eo cõtinẽtur hu-
morũ. Discernuntur hi tactu. Nam humidus affe
ctus cũ madore cutis est, mollis sine hoc: quanq;
est profecto & molle corpus humidũ suis ipsius
partibus. Cæterũ pro doctrinæ claritate hoc mol-
le uocet̃, alterũ humidum. Ac siccus quidẽ immo
dice corporis affectus habitũ statim durũ reddit:
non tamẽ cũ mollitie necessario cõiunctus est hu
midus affectus. potest nanq; durata caro esse, & ta
men mador sudórue è corpore emitti. Atq; in hu
mecto quidem corporis habitu, uel ex intempesti
uo ueneris usu, uel alia quapiã ex causa, de uiriũ
imbecillitate suspicio est, uel corporis raritate ex
immodice molli frictiõe, uel nimio balnei usu, uel
aere domus ubi uersatus est, ꝗ par erat calidiore.
Habenda præterea est & de potione cõsideratio,
an ea uberior fuit. Et de somno, an is maior quàm
pro naturæ ratione. Et de aere ambiente, num se
non sensim, sed simul totũ in humidum calidũq;
mutauit. Et de cibis pari modo. In teneritudine
uero siue mollitudine (utroq; enim modo cõsue-
tudo appellat) cum utiq; sine humiditate fuerit,
cõcoctum probe nutrimẽtum esse, & corpus nu-
tritum, sed exercitatum diminutius esse, putandũ
est. Contra in duritie aut duriter perfrictum esse,
aut nimium exercitatum, idq; cum duro concerta
tore, & in puluere, iudicandum. Siccitas uero ha-
bitus penuriã potionis cibíue, aut uigilias, aut ui-
tæ solicitudinem, aut multam frictionẽ, aut exer-
citationem immodicam indicat. Hæc itaq; consi-
derãs corrigere errorẽ quotidie poteris prius ꝗ
inauctus error curatu difficilior euadat. Semper
autẽ memineris excessum omnẽ contrario exces-
su esse emendandum. quippe omniũ quæ præter
naturã incidunt, omne huc consilium curationis
dirigitur. Quare si huic præcepto, etiam corporũ
quibus præficeris dignoscendorũ peritiam adie-
ceris, & singulorum remediorũ facultates adiun-
xeris: uniuersæ iã artis quæ corpori hominis tuen
do dicata est, peritus fueris: cuius ope nõ sanis mo
do suam ualetudinẽ tueberis, sed etiam ijs qui æ-
grotant, pristinum statum restitues. Atq; optimũ
quidem corpus cuiusmodi sit, dictũ iam est. Qđ
ab huius perfectione defecit, scire licet tribus id
de causis defecisse, aut ꝙ statim in utero uitioso
statu fuit, aut quòd qualibet de causa in non natu
ralem affectum post concessit, aut ætatis ratione.
Omnia uero corrigenda per contrariũ excessum
sunt. Senium enim, ut de hoc primum agam, frigi
dum siccumq; est, ueluti in libro de temperamen-
tis est ostẽsum. Corrigitur id per ea quæ calfaciũt
& humectant. Talia sunt balneum dulcis & cali-
dæ aquæ, & uini potio, præterea ex cibis quicũq;
humectare & calfacere natura possunt. De exerci
tatione uero, frictione, & om̃i motu (ab his enim
cœpisse est satius. nã recte illud dictum arbitror,
Labor cibum præcedat) hæc scire licet poetam
ex parte uerum dixisse:

Vt lauit, sumpsitq; cibum, det membra sopori.
Nanq; hæc iusta seni.

Non tamen in totum hoc esse positum. Postulat
enim senum non secus quàm iuuenum corpus di
moueri: cum insitus alioqui calor extingui in his
periclitetur. Nam corporũ quæ in florente ætate

sunt

ſunt, non deſunt quæ quietẽ poſtulant: de quibus
Hippocrates prodidit. Senum uero nemo quie/
tem ex toto poſtulat, ſed nec exercitiũ uehemẽs.
Ceu enim uentulo quodam excitari accendiq; ca
lor eorum deſiderat: uehementiore autẽ motu de/
ijcitur. Ac magnę flammæ, eius quod ita accẽdat,
minime egent: cũ ſatis ipſæ ſibi & ad tutelam ſint,
& ut materiæ dominentur. Ergo nec à ſomno ma
ne fricari deſiderant omnes qui ægrotant, ſicuti ſe
nes: cum eiuſmodi frictionis quæ cum pinguedi/
ne adhibetur, duplex ſcopus ſit: nempe ut uel laſ/
ſitudinis affectum ſanet prius quàm inauctus fe/
brem accendat: uel imbecillam diſtributiõis uim
excitet. Nam multos quorum corpori longo tem
pore nihil ex alimento acceſſit, (ἀτροφοῦντας Grę
ci uocant) eiuſmodi frictione adhibita facile pau/
cis diebus carne impleuimus. Verum quod alijs
ex affectu certo in tempore incidit, id ſenibus ad/
eſt perpetuo: quippe quorum omne corpus frigi/
dum eſt, nec potens ad ſe alimentum trahere, atq;
id probe conficere, ex eoq; nutriri. Sed frictio cũ
& uitale robur excitet, & modice calfaciat, efficit
ut & diſtributio nutrimenti ſit facilior, & nutritio
promptior. Hac uictus ratione & iuuenes non
pauci qui ex eo quòd alimentum his diſtributum
in corpus non eſt, emaciati ſunt, carnis incremen
tum receperunt: & ſenes planè omnes fructũ non
paruum ſenſerunt. Atq; hæc quidem una ſenibus
ueluti exercitatio ſit mane adminiſtrata, nẽpe fri/
catio cum oleo. poſt hanc inambulatio geſtatioq;,
quæ tamen ſint intra laſſitudinem, & ex ſenis uiri
bus coniectatæ. quarum cauſa de cibis potioneq;
non pauca prius diximus. nunc de exercitationi/
bus quoq; exempli cauſa quædã ponemus: de qui
bus hæc in ſuperioribus didicimus: Quòd acuta
exercitatio (ſic enim uocant cuius celeres motus
ſunt) corpus tenuat. cõtraria craſſum reddit. mul/
ta corpus ſiccat. mediocris obeſum præſtat. Di/
ctum eſt & de cæteris omnibus exercitationũ at/
que etiam frictionum differentijs. Verum exerci/
tationis formæ quæ ſenibus utiles alienæ'ue ſint,
tũ ex corporis totius affectu, & conſuetudine, tũ
uitijs ipſis quæ infeſtant, intelligentur. Ex totius
corporis affectu, ad hũc modum. Nam optimi ſta
tus corporis, de quo hactenus ſermonẽ fecimus,
ſicut in iuuentute ad uehementiſſimos quoſq; la/
bores idoneum maxime eſt, ita in ſenecta ſe habet
ad omnes mediocres. Quod uero aut craſſis cruri
bus eſt, aut lato pectore, aut cruribus ultra ꝗ par
eſt gracilibus, aut qđ exiguo eſt thorace, aut ad/
modũ anguſto, aut ualgũ eſt uarũmue, aut alio
quouis pacto à mediocritate recedens: id ad ple/
raſq; exercitationũ ineptũ eſt. Quippe uitioſę figu
ræ thorax, in ijs quę per uocẽ adminiſtrant, offen
dit. Crura uero per inambulationem lædunt. Ad
eundẽ modũ de manibus, collo, humero, lumbis,
coxis, & tota ſpina, mihi dictũ intellige. Quicqđ
enĩ ex his parũ rite ab initio conditũ eſt, id ſanè ex
ercitãdo imbecillũ potius ꝗ firmũ redditur: niſi ſi
cui moderatos motus imbecillis mẽbris modicas

A exercitatiões nominare placet. Verũ ita de nomi/
ne magis ꝗ de re lis fuerit. Senibus uero quæ præ
cipua ad ſanitatẽ exercitia ſunt, hæc per ualentio/
res corporis partes ſunt obeunda: quippe cũ qui/
bus reliquæ ſimul mouent exercenturq;. Quine/
tiam conſuetudo maximã uendicat partẽ ad exer
citationis ſpeciẽ deligendã. Nam quæ conſueta
ſunt, ut minime laſſantia quos exercent, etiam de
lectant: ſicuti ediuerſo quæ inſueta ſunt, tũ diſpli/
cent, tum uero laſſant. Porrò quibus operibus ar
te opus eſt, ea ne attingere quidẽ ſenes debebunt:
non tibia, non tuba ſonare, nõ cithara: non magis
ꝗ quæ in paleſtra gerunt, qui luctæ ſunt ignari.
Senes igitur omnes cõſuetis laboribus ſunt exer
cendi, ſed tamen uehementia eorum remiſſa. Ter
B tium quo dirigit qui exercitationis formã præſcri
bit, ab affectione ſumitur, omnis quidẽ ætatis cõ/
mune, non tamen parẽ ubiq; uim obtinens, cum
nec parem ubiq; noxã neglectum inferat. Quos
enim ex leui cauſa uertigines, (σκοτόματα Græci
uocant) comitiales morbi, grauis ophthalmia, uel
aurium dolores male habent, ijs inclinato capite
dorſóue, aut humi uolutatis exercitari non expe/
dit: immo tũ ambulatione ſæpe, tum curſu medio
cri, tum geſtatione in uehiculis, citra fatigationẽ
uti. Simili modo nec quibus tonſillæ (quas πα/
ρίσθμια Græci uocant) aut uitia quas antiades ap
pellant, aut anginæ facile incidunt. Nec quibus
prompte in columnellã, gingiuas, dentes, deniq;
partem aliquam ex ijs quæ circa collum aut totũ
C caput habentur, fluxiones procumbunt. Quippe
nonnulli dimidio capite infeſtantur, Græci ἡμι/
κρανία uocant. Alijs tendones, quos Græci τένον/
τας uocant, ex leui qualibet cauſa dolent. Quorũ
nemo exercitationẽ ſuſtinet quæ caput impleat:
ſed ſunt his omnibus, quæ per crura geruntur, uti
lia: ſicut ediuerſo qui imbecillis ſunt cruribus, his
ſuperioribus partib. exercitari eſt ſatius, chirono/
mijs, acrochiriſmis, diſci iactu, alterum uſu: præte
rea his omnibus quæ in palæſtra humi exercent.
At quorũ mediæ crurũ brachiorumq; partes op/
portunę offenſionibus ſunt, ijs quoduis exercita/
tionum genus idoneum fuerit: modo ne reliqua/
rum conſiderationũ ulla prohibeat. Quæ tamen
circa thoracem partes ſunt, magis inferiorũ exer/
D citatione iuuantur. quæ circa ueſicam & renes, ſu
periorum. lienis, uẽtriculus, iecur, inteſtina, & co
lon, ſicuti in medio ſuperiorũ inferiorumq; ſunt,
ita ſe ad exercitationes habent. Frictiones tamen
partibus infirmis quo tempore laborãt, admoue/
re non conuenit. ubi ſanę ſunt, cõuenit uel magis
ꝗ alijs, & potiſſimum ſiccas: quas & per linteũ,
& ſolis manib. liberaliter adhiberi expedit. Quin/
etiam qui certa periodo redeunt quibuſdam parti
bus dolores: hi ne fiant, non parua ex eiuſmodi fri
ctione cautio eſt, ſi medio tempore, præcipueq; ſi
duas uel tres horas ante acceſſionẽ adhibita ſit.
firmantur enim eæ partes, & conſuetas fluxiones
minus admittunt. Atq; hæc quidem non ſenum
modo, ſed & qui aliam quamlibet ætatem agunt,
omnia

omnia sunt communia. Non exercitari uero imbecillis partibus, solis senibus suadeo: ex cæteris quanto quisq; remotior à senio fuerit, tãto illi magis exercitanda pars infirma est. Qd' utiq; & quò clariora quæ dicimus sint, exemplo prosequi non grauabor. Finge corpus aliquod ex ijs quæ adhuc augescunt, gracilibus esse cruribus. huic pica ri crura conducet, & modice fricari, & cursu uti potius ꝙ alia quauis exercitatione. porrò præfici ei quempiam oportet qui modũ in motu præscribat: quò neq; intra quàm expedit exercitetur, neque adeo ultra ut lassitudinem sentiat. Id tametsi non in exercitationibus modo, uerũetiam in alijs omnibus difficile intellectu sit: nos certe facile esse ostendimus in ijs saltem quæ ad salubrẽ uictus rationem pertinent. Neq; enim in his præceps occasio est, sicuti in morbis: immo ubi à tutissima in singulis mensura inceperis, & simul quod ex ea secutum est, æstimaueris, licet uel addas aliquid quotidie, uel detrahas, ac quod omissum est, corrigas: ueluti statim de ijs quibus gracilia sunt crura. Ipse nanq; cum aliquando traditum mihi tredecim annorum puerum, toto augmenti tẽpore ad ea quæ prædixi præcepta curassem, reddidi iuuenem concinnũ, legitimiq; modi.† Nam primo die illitum prius bis, deinceps, ut soleo, pice: iussi currere,†nec celeriter, nec multum. Secundo die frictione quæ in qualitate quidẽ esset duræ mollisq; media, in quantitate uero exigua, atq; hac cũ pinguitudine adhibita præmollitum iussi paulo plus currere ꝙ prius, non tamen celerius. Ab ipso uero cursu ea quæ apotherapiæ debet frictione sum usus. Iussi uero quotidie ambulare, sed inter initia modice, post uero modum augere. Aestimabã quoq; in cruribus tũ alia, tũ præcipue uenas num amplius increuissent quàm pro crurum bene alendorum ratione. Quippe id graue est, & quod tempore tum fluxiones humorum adsciscit, tum ualgos facit, haudquaquam bonum habitum crurũ. Ergo non huic modo notæ te esse attentum cõuenit: sed & illud obseruare, nũ calidiora iusto reddita crura sint: num lassitudinis quippiam sentiãt. Nam si nihil horum apparuerit: augeri tum ambulationis modũ, tum cursus oportebit: atq; etiã alternis diebus picari. Sin aliquid eorũ cernitur: tũ & crura non pro consuetudine deorsum ac prona, sed contrario situ, id est sursum habita in lecto collocare conueniet: & copiam omniũ quæ dixi, minuere, minus inambulare, minus currere iubere, frictione inferne sursum uti. Hæc faciens, ubi naturalem planè habitum crura receperunt: rursus ad eum quem cœpisti remediorum usum redibis, aut exiguis eorum incrementis usus, aut etiã eundẽ perpetuo modũ seruans. adhibebis & quas rotundas frictiones uocant (hæ mediæ sunt dura rũ ac molliũ) aliàs à superioribus, aliàs ab inferioribus partibus incipiens. Aliquando uero & puluere prius inspersis cruribus, oleũ infundes, mox fricabis. Esto uero puluis qui appellat̃ pinguis. Sanè ita appellant in quo nec asperũ quippiã nec

† ἐν μὲν γὰρ τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν κατέχρισα αὐτὸν τῇ πίττῃ, δὶς ἐφεξῆς ὡς εἴωθα καὶ δραμεῖν ἐκέλευσα. *Id est, Nam primo die illum pice inunxi: deinde ut solitus eram, currere etiam iussi.* †

A acre subest. quippe extenuat, potius ꝙ carnẽ auget quisquis aut pumicosam asperitatẽ, aut nitro sam salsam' ue acrimoniam in se habet. Sicui uero crassiora quidem crura sunt, brachia uero cubitiq; gracilia: huic omnia quæ per manus fiunt exercitia, sunt petenda: fugiẽda uero quæ cruribus obeuntur. frictiones tamẽ & picationes simili modo fiant, aliaq; quæ de exercitijs crurum iam diximus. Neq; enim parua in ipsis differentia est: alijs omnino ad motũ inualidis, etiã si septuagesimum ætatis annum nondum attigerint: alijs multo his robustioribus, qui etiam supra octogesimũ sunt nati. Ergo qui imbecilliores sunt, hos gestatione potius ꝙ in ambulatione dimouebis; ualidiores utroq; genere exercitabis: agesq; ad secundam fri

B ctionem utrosq;: non tamen similiter, sed semper imbecilliorem citius. Nam id quoq; ex maxime cõmunibus præceptis esto: Vbi imbecillæ uires sunt, crebra exiguaq; frictione utendum. ubi ualidæ, rara multaq;. Sed hæc atq; alia ut dixisse quidem est facillimum: ita præesse senis sanitati tuendæ, sanè est difficillimum: æque ut eorum qui ex morbo conualescunt. Porrò hanc artis partem appellant iuniores medici Græce analepticen, quasi defectricem dicas. Illam quæ senũ sanitati prospicit, gerocomicen. Videnturq; hi ambo affectus non esse exacta planè sanitas, sed uel morbi & sanitatis affectus quidam medij: uel omnino eius sanitatis non esse quæ firma constansq; sit, quam καθ' ἕξιν appellant, sed eius potius quæ fallax in-

C certaq; sit, quã isti κατὰ σχέσιν nominant. Ergo siue morbũ, siue morbosum quendam affectum, siue medium quiddam sanitatis morbiq;, siue κατὰ σχέσιν sanitatem, seniũ appelles: huiusmodi quæstionibus, cũ nos leuissimi homines petũt, pro nihilo habitis, scire licet senilis corporis statũ, quoniam ex leui momẽto in morbum decidit, simili ratione ijs qui ex morbo conualescunt, in uictu esse curandum. Quare dictu quidẽ facile est seni expedire mane oleo ungi, ac fricari: cæterũ apte hæc opere peregisse, omnino difficillimũ est. Nã durior paulo frictio lassitudinem affert: præmollis uero inefficax est, sicut etiam quæ exigua omnino est. At multa magis per halitum digerit, ꝙ ad nutritionem conducit. Iam locus ipse ubi corpus se-

D nis nudatur, si frigidior est, non solum nihil affert commodi, sed etiam densat & refrigerat. Sin iusto calidior est: hyeme quidem ubi rarius corpus effecit, frigori obnoxiũ reddidit. Aestate uero & per halitum exhaurit, & uires deijcit. Qui enim καθ' ἕξιν sani sunt, ijs ne uehemens quidem causa corpus alterat: seni uero uel minima causa maximæ mutationis occasio est. Similiter igitur se habet in cibi tum qualitate, tum modo: quippe in quibus senes si breue quippiam trãsgressi limites sint, nõ leuiter læduntur: cum iuuenes uel ex maximis erroribus minimum noxæ sentiant. Ergo tutius est imbecillo seni exiguum dare ter die: sicut Antiochus medicus solitus est se cibare, iam quidem annos natus plus ꝙ octoginta, ac quotidie ad forũ progrediens

progrediens in eum locum ubi cōcilium ciuium conuenerat: interim etiam longa uia ad ægros inuisendos pergens. Cæterum domo in forum quasi trium stadiorum spatium pedibus cōfecit. Quo etiam modo infirmos siquos propè habebat, inuisit. longius uerò siquo erat eundum, partim gestatus in sella, partim uehiculo uehebatur. Erat autem ei domi domuncula quædam quæ hyeme calebat camino: æstate citra ignem bene attemperatum aerem habebat. In hac mane omnino fricabatur tam æstate quàm hyeme, utiq; deiecta prius aluo. In foro autem loco aliquo circiter horam diei tertiam, uel ad summū quartam, sumpsit panem cum attico melle, plerūq; cocto, rarius crudo. Postea partim cum alijs commētans, partim ipse solus aliquid legens, ad sextam usq; horam perseuerabat. Ab hac tum in publico balneo fricabatur: tum uero exercitabatur, aptis scilicet seni exercitatiōibus: de quarum forma paulo post agemus. Mox lotus, prādebat mediocriter: primū ijs sumptis quæ aluum deijciunt: post hæc maxime piscibus uel quos saxatiles uocant, uel qui in alto mari degūt. Rursus in cœna à piscium esu abstinuit, sed boni succi aliquid, ac quod nō facile putresceret, sumpsit: utiq; aut far cum mulso, aut auem ex iure simplici. Atq; hac quidem uictus ratione Antiochus in senio usus, sensibus illæsis, membrisq; omnibus integris ad extremū durauit. Telephus autem grāmaticus prouectiore quàm Antiochus ætate fuit, ut qui centum ferè annos uixerit. Is uero hyeme bis mense lauabatur, æstate quater, medijs harum temporibus ter. Quibus uero diebus non lauabatur, ijs circa tertiam horam unctus est cum exigua frictione. mox mel optimū crudum alicæ in aqua coctæ permistum esitabat: eoq; solo contentus pro ientaculo fuit. prandebat septima hora, aut paulo citius, primum oleribus sumptis, deinde piscibus gustatis, aut auibus. uespere autē tantum panem ex uino misto edebat. Sane uinū sicuti pueris est alienissimum, ita senibus est aptissimum. Esto autem id ex ijs quæ calidioris naturæ sunt, qualia sunt in Græcia quidem Ariusiū, & Lesbium, & quod Mysium uocant, non ex ea Mysia quæ ad Istrum est, sed ex ea quæ Hellespōtia dicitur: quæ nimirum in nostra est Asia, Pergamo uicina. Ex Italicis uero, Phalernū, & Surrentinum. proxima his sunt in Italia quidem Tiburtinum, & Signinum, ambo uetera: quando nouella nec deductionem nutrimenti in corpus adiuuāt, nec urinas promouent: sed diu in uentre fluctuantia permanent. Secundo ab his loco sunt Adrianū, & Sabinum, & Albanum, & Gabrianum, & Triphylinū: præterea omnia Aminæa quæ in Italia nascūtur, & circa Neapolin, & in Tuscia. Cæterū Mysium Surrentino similes uires habet: Falerno uero, quod è Tmolitis est optimū. At Sabino & Adriano Titacazenū & Ariusium sunt similia. Ergo de his modice antiquatis bibendū senibus est, utiq; quibus ualētius caput nō est: Quibus autē est, ijs & Phalernū, & Surrentinū, & A-

A riusium, & Lesbiū, & Mysium, & Tmolites, idonea sunt. Ergo in omni regione ad prædicta exēpla deligere sibi quisq; idoneū poterit: huc uidelicet omni consilio uini pro senibus deligendi directo, ut in substantia sit tenuissimū, colore qd' Hippocrates κιῤῥὸν, id est fuluum appellare solet. poterat autem & ξανθὸν, id est flauum, id appellare. Commodum uero uinum est & quod ὠχρὸν Græce, id est pallidum dicitur: utiq; quod medio colore est inter flauum & album. Quippe si flauum albo miscere libeat: quod ex ambobus confit, pallidum euadet. Et iam aquæ admistum flauum, eiusmodi colorem reddit: uerū pro maiore minoreue aquæ modo aliàs pallidū, aliàs ueluti quod Græce ὠχρόλευκον, id est ex pallido albicans, uel quod
B ὠχρόξανθον, id est ex pallido flauum apparet. Calidissimum ergo ex iam dictis, si colorē spectes, flauū est: minime uero calidum, album. Quæ media inter hæc sunt, prout alterutri magis accedūt, ita uim eius exhibent. Vnum igitur illud maximum senibus cōmodum ex uino accedit, quod omnia eorum mēbra calfacit. Alterum, quod per urinas serum sanguinis expurgat. Itaq; etiā optimū id senibus est, quod hæc maxime præstat. Porrò id est quod substantia quidem tenue est, (quippe urinas mouet) colore autem flauū. proprius enim is est præcalidorum uinorū color. Itaq; etiam quæ uina ab initio alba sunt, si inueterauerint, flauitiem quandam cōtrahunt: unde primū pallidula, mox uero planè pallida fiunt. Quòd si longissimo tempore
C seruentur, ex pallido flauentia cernūtur. Nam ut omnino flaua fiant quæ alba uina sunt, fieri certe nequit. Quæ uero ex pallidis aut flauis uinis, substantiæ pinguis sunt, hæc & sanguinem augēt, & corpus nutriunt: quo fit ut ea utilia senibus interdum sint, utiq; quo tempore nec serosam humiditatem in uenis habent, & ali liberalius desiderant. Plurimū tamen qui hac sunt ætate, ijs uinis indigent quæ urinas cient: propterea quod aquosum excrementum in ipsis abundat. Quæ uero diu in uētre morantur, eorū sane nullum aptū seni est. Eius generis sunt & Aminæum à Bithynia, & ex Italicis Marsum, & Signinum, & Tiburtinū, quoad uidelicet sunt nouella. Verū hęc omnia alba sunt, nigra uero reliqua: quorū crassa, quæ quidem ad-
D stringunt, ea longo tēpore in uentre manēt, & fluctuationes in eo excitāt. ueluti quod in Cilicia nascitur Sybates, & quod in Asia natū Aegausien uocant, & Perperimū. Quæ uero citra adstrictionem nigra crassaq; sunt, quod genus sunt Scybelites & Thyreum: ea minus in uentre morātur, urinas tamē nec ipsa mouēt, sed deorsum properāt. Itaq; etiam ante cibum illa sumunt. Cæterū ea senibus utilia non sunt, nec cum præbibuntur, nec multo magis alio quouis tempore sumpta, ueluti nec aliud quicquā quod crassum efficiat succum. quippe obstruuntur his iecur, lienis, & renes. Vnde fit ut senum qui his liberalius utūtur, alij aqua intercute, alij calculo laborent. Si quis ergo senū dulci uino uti à balneo uelit: ubi mane comederit,

sicuti Antiochum solere diximus, huic optimum Faustianum Falernum fuerit: aut si eius copia nõ est, simile aliquod. Porrò similia fuerint quæ dulcia simul & pallida sunt. proxima his sunt Thereũ, & Cyrienum. Non uetem etiam nec ijs quæ melle condiantur, senes uti: maxime quibus suspicio est calculi in renibus gignendi, aut podagræ alicuius, articularisue morbi impetus futuri. Porrò uinum huiuscemodi compositioni aptissimum fuerit Sabinum, aut simile aliquod. Conijcitur autem in id petroselinum. Atq; id solum articularibus satisfaciat. ijs uero qui calculo laborãt, etiam aliquid Betonicæ, & Cestri qui in Gallijs nascitur, est immiscendum. uocãt autem herbam eam sarxiphagon. Qui uero curiosius id medicamentum cõponunt, etiam spicę nardi aliquid inijciũt. Sunt uero & alia quædam quibus urinas mouendi uis inest. Verum simplicem potionẽ pleriq; ex uino melleq; cõficiunt, adiecto rutæ piperisq; exiguo. Si uero prius quàm lotus est, comedit quippiam, nec uenter eius ullo auxilio eget: uinum album, & quod parũ aquæ tolerat, à balneo bibat. At quæ crassa dulcia & nigra uina sunt: ea omĩa, propterea quòd obstruunt uiscera, sunt fugienda. Verum obstructio quę ex uino incidit, mediocris est. Quæ uero ex cibis ijs nascitur qui succũ crassum lentumq; creant: huic non facile succurritur. Quo magis cauendum senibus est à multo farris aut casei, aut ouorum, aut cochlearũ, aut bulborum, aut lentis, aut suillæ carnis esu, multoq; magis ne anguillarum, aut ostrearum, aut deniq; eorum quorum dura caro difficilisq; concoctu est, usum frequentent. Ob eandem rationẽ, nec eorũ quæ testa integuntur, (ostracoderma Græci uocant) aut chartilagineorũ, aut thynnorum, aut deniq; cetarij generis ullum utile his est. Sed nec ex carnibus ceruina, caprinàue, aut bubula. An hæ potius nec alij ulli sunt utiles? Ouilla uero iuuenibus quidem nõ malus est cibus: senibus uero nec ea est commmoda. Atq; etiam hac multo minus agnina: quippe quæ humida, & muccosa, & glutinosa, & pituitosa est. Hœdina uero sanè non incommoda seni est. Præterea aues eæ quę extra paludes ac flumina stagnaq; degunt. Salita uero omnia meliora recẽtibus sunt. Ergo, sicuti diximus, ante omnia cauendum ab ijs qui obstruant cibis est. Quòd si res cogat aliquãdo copiosius his uti, protinus sumendũ medicamentũ diacalaminthes est: cuius cõpositionẽ supra in quarto posui. Eius si copia non est, dia trion pipereon petendũ. Sin ne id quidem ad manum est, piper album tusum cribratumq; diligenter, ac in pollinem redactũ, & cum cibis esse, & potioni inspergere: sed & cæpas esitare tũ expediet: quinetiã allium, si huic assueuerit. Antidotus quoq; ex uiperis, quam Theriacen uocant, non incõmode senibus datur, potissimũ ubi post obstruentes cibos ea quæ obstructiones liberent, ante hanc exhibueris. tum enim efficacissimũ ex Theriace præsidiũ expectes. Quòd si ab istiusmodi subducta aluus sit, utilissime The-

A riacen postridie dederis. Aeque uero & quã Ambrosiam, & quam Athanasiam uocãt, aliaq; id genus medicamẽta, quæcũq; ex prædictis aromatis sunt cõposita. Seni tamen qui accurate sibi prospexerit, nusquam tali medicamẽto opus erit: sed siquando extenuante uictus ratione egebit, satisfaciẽt quæ alio opere seorsum scripsimus, in quo de extenuante uictu disseruimus. Iam illud patere arbitror, panem quoq; his exhibendum qui nec salem, nec fermentum, nec subactionem, nec iustã coctionem desideret: non autẽ aut istam publice laudatam similaginem, aut quæ ex ea fiunt. quippe omnia talia non solum coctu difficilia, sed etiã mali succi sunt, uisceraq; obstruunt. Ac nisi placẽtis quæ ex butyro & similagine fiunt, mel affatim
B esset admistum, nullus cibus om̃ibus hominibus nedum senibus magis erat aduersus. Cęterũ quid noxijs salubria misceas, cũ liceat melle per se uti, partim cocto, partim crudo cum pane? Cura uero maior habenda est de panis bonitate ꝙ mellis. Nam mel profecto melius fuerit quod specie ac uiribus Attico sit simile. Quòd si tale non datur: quolibet utare, modo ne mali odoris sit, neue ceræ qualitates aperte præferat, neue præsertim qualitatem quãpiam extraneam. Adeo uero panes id genus quale modo retuli, utile quicquã senis corpori non conferunt, ut etiam sint alienissimi: atq; hoc amplius, quò sint magis puri. Video autem athletis id genus studio præparari: uerũ his ad ea quæ moliuntur, aptum est. Seni, nisi multũ admi-
C stum sit salis, nisi multũ fermenti, nisi diligentissime sit coctum, crassum efficit ac glutinosum succum: qui nec ulli alij est utilis copiosius inauctus. Ergo & obstructiones in iocinore, liene, & renibus facit: maxime quibus in his uisceribus uasorũ exitus angustiores natura sunt. Nam sicuti in ijs uenis quæ palã oculis subijciunt, nõ parua amplitudinis diuersitas cernitur, tũ alterius hominis ad alterum, tum in unius cuiuslibet partibus: sic in ijs quæ intus latent, se habere putandum. hanc tamen differentiã prius ꝙ experimento sit explorata, internoscere non est. Experiẽtiam intelligo, quam ex eorum quæ sumuntur singulis facere licet: ita ut siquis hæc crassa sumere sit assuetus, nec tamen offenditur, latas habere prædictorũ uisce-
D rum uenas sit putandus. sin facile offenditur, angustas. Nouimus enim senẽ quendam agricolam qui amplius ꝙ cẽtum annos ruri uitã egerat. huic plurimum nutrimẽti caprinũ lac erat: quod aliàs cũ mica panis in eo macerata statim sumpsit: aliàs mel immiscuit: aliàs coxit, etiam thymi cacumina unà cũ pane inijciens. Hunc quidam imitatus, uidelicet tam longæ uitæ causam ratus in lacte subesse, perpetuo lædebatur, quocunq; id modo sumpsisset. Nam primũ illi grauabatur os uẽtris: mox tendebantur in dextro præcordia. Alius quoque simili modo cum lacte uti cœpisset, de reliquis nihil est questus (quippe qui & probe id concoxit, nec acidum aut fumidum ructum ex eo sensit, nec flatum aut grauitatẽ in præcordijs) septimo tamẽ

quàm

quàm sumpserat die iecur se sentire manifeste gra A
uatũ dixit: quippe uideri sibi quiddam in dextris
præcordijs ceu lapidem iacere, sic ut deorsum tra
herentur quæ supra essent, & tensio ad iugulum
usq; pertingeret. Constat itaq; huic obstructum ie
cur fuisse, illi flatu intumuisse. Quinetiã noui cui
ex diuturno lactis usu calculus in renibus est na/
tus: sicuti alium quendam qui omnes dentes ami/
sit, læsitq;. id uero alijs quoq; multis contigit ex
diutino lactis usu. Alij rursus citra noxã lacte per/
petuo sunt usi, immo etiã cũ maximo fructu, ue/
luti agricola quem supra cẽtum annos uixisse di/
ximus. Vbi enim nec qualitas lactis, utentis natu
ræ quicquam est aduersa, & uiscerum transitus fa
ciles propter uenarum amplitudinẽ sunt: qui ita
sunt affecti, ij commodis lactis fruuntur, omnis B
eius incommodi expertes. Porrò cõmoda lactis
iam alijs ante me medicis dicta sunt: nẽpe uentris
moderata deiectio, succi bonitas, & nutritio: pa/
scuis quoq; ipsis animalium quorũ lacte utẽdum
est, non parum ad hæc cõferentibus: quanq; sunt
qui pascuorum rationẽ planè pro nihilo habeant,
quasi nihil parumue ad lactis bonitatẽ conferant.
Cæterum haud dubie uidemus animalium quo/
rum usuri lacte sumus, si scammonia, aut marina
rum lactucarum quapiam uescantur, in lacte quo/
que laxandi uires inesse. Ex quo patet quòd ex ui
tioso pascuo acre, acutum, & austerum reddetur,
naturam uidelicet herbarum imitatum. Itaq; etiã
qui ante nos medici fuerunt, ipso rei usu docti,
quædam pascua, utiq; quæ lacti esset inepta, ἀγά- C
λακτα dixerũt. ita enim Græce appellant: de qui/
bus ipsi quoq; alibi tractauimus. Nunc hactenus
saltem de his intellexisse abunde est, animalium
quorum ueluti optimi succi lacte sis usurus, neq;
acria, neq; acuta, neq; admodũ austera debere esse
nutrimenta. Illud uero uel me tacente constare ar
bitror, animal ipsum & florente ætate esse, & cor
poris habitu planè inculpato debere. Satiusq; fue
rit alterum capram, alterum asinam esse, earumq;
lacte uicib. uti. quippe asinæ lac, tenue serosumq;
est: capræ, mediocris substantiæ est. Itaq; hoc nu/
triet magis, ubi uidelicet nutritione est opus: illud
omnino tutius est. Nam & siquando solum cum
pane sumitur, tum citius subducitur, tũ minime
est flatulentum. sed nec in uentre cogitur, potissi/ D
mum si prius salis aliquid & mellis immiseris. O/
portet autem non huius modo, sed etiam reliquæ
omnis auxiliorum materiæ uires seorsum prædi/
dicisse qui ipsis recte sit usurus, ne sæpe nobis de
ipsis eadem repetere sit necesse. Ac nunc certe mi
hi uideor longius quàm pro re proposita de lacte
uinoq; disputasse. Siquidem præstitisset, commo/
ditate eorũ in senes explicata, qui iam tum facul/
tates utriusq; publicas, tũ priuatas differentias di/
dicisset, hũc ad materiæ delectum remittere: utiq;
de uino tantisper præfatos, q̃ quæ calidiora sunt,
quæq; urinas mouent, ea senibus magis condu/
cant. De lacte uero, quòd non omnibus sit exhi/
bendum, sed ijs solis qui id probe concoquant,
nec ullum ex eo symptoma in dextra præcordio/
rum parte sentiant. Sed quoniam interim propter
multorum ad legendos eos libros in quibus pro/
lixius de præsidiorum materia differitur, fastidiũ,
longiores esse subinde cogimur: merito (ut arbi/
tror) nunc quoq; condonabitur nobis tractatio/
nis modus si exacta breuitate in uniuersali metho
do minime utimur. Illud tamen nõ ignorandum,
fieri non posse ut tutò quis comprehensis mate/
rijs ex huiusmodi solum doctrina utatur, qualem
modo de lacte uinoq; tradidimus. Immo qui his
optime uti uolet, didicisse hunc prius oportet pro
priam de omni materia tractationem: in qua tum
publicas materiæ uires æstimauimus, tum priua/
tas eius differentias usq; ad ultimas species. Neq;
enim de cæteris omnibus quę scire opus est ei qui
senis sanitatem tutabitur, expedit hoc opere fuse
tractare, sed satis est de quibusdam, scilicet quæ se
nibus maxime sunt necessaria, ita determinasse
quẽadmodum paulo ante de lacte uinoq; egimus:
de quibusdam etiam breuius quàm ut de his feci/
mus: sicuti rursus de alijs in totum nihil dixisse:
quanq; cui extendere sermonem cordi est, potest
omnium quæ in senibus abũdare solẽt, meminis/
se, atq; ad hunc modum dicere. Cæterũ satius est
& de reliquis dicere quæ senum plerisq; incidunt:
ut sunt raucedines, quos branchos, & destillatio/
nes, quas κόρυζας Græce uocãt, & calculus in re
nibus, & articulares morbi, & podagrę & asthma
ta, aliaq; id genus. Atq; ad raucedines quidem &
destillationes, uictus rationem hanc, medicamen
ta uero hæc comparare oportere: ad calculum ue/
ro & reliquorum singula hæc. Atq; ad eum mo/
dum de reliquis differens, nõ diligens modo uide
bitur, sed etiam in senum curandorum scientia do
ctus. Verum sicuti nec horum quicquam scribi in
tractatione de senum curatione conuenit, cũ præ/
sertim ex morbornm curãdorum methodo, quis/
quis in hac sit exercitatus, ea liceat sumere: ita rur
sus nec cum sola communia dixeris, ibi desistere,
sed ipsis propositis aliqua mox ex particularibus
subijcere, quæ maxime ꝓpositæ disputationi sunt
accommoda: ceu ipsi fecimus. Nam quoniam in
ijs cõmentarijs quos de tẽperamentis scripsimus,
indicatum est seniũ indubitato frigidum esse, non
tamen indubitato siccum, utpote nonnullis id hu
midũ esse affirmantibus: conuenit sanè ut ijs quæ
de senũ tẽperamento demonstrata sunt, ad hãc ar/
tis partẽ quam de ipsorũ ductu nunc instituimus,
hypotheseos loco acceptis, ipsarum rerum scopũ
ab illo sumamus, ac nõnulla particularium tracte
mus, partim exercendi discentis causa, partim ad
inuentionem eorum quæ consulto omissa sunt, fu
tura ueluti exempla, propterea quòd non omnes
ita sunt solertes ut ex solo uniuersali pręcepto ipsi
particularia inueniant, sed qui ad ea ueluti manu
ducat, desiderent. Quippe quibus exercitata ra/
tiocinatio est, ubi senis corpus quantum ad ipsas
partes attinet, frigidũ siccumq; esse audierint, faci
le autem serosis & pituitosis excremẽtis ob utriũ
infirmita

infirmitatẽ impleri: hæc quidem conabũtur emittere, solidas autem ipsas calfacere atq; humectare. Verum qui excrementorum copia decepti, indefinite pronunciarunt senum temperamentũ esse humidum: ij protinus in ipso primo agendorum consilio falluntur, dum senũ corpora siccanda putant. Itaq; ex cibis eos potius qui siccant, exhibet, ueluti ex oleribus brassicã potius q̃ maluam, aut blitum, aut lapathum, aut atriplicem, aut lactucã. Ex leguminibus præ ptisana lentem, & præ faba milium, & præ zea panicum. Ex fructibus amygdalas, & terebinthi semẽ, potius q̃ cucurbitas, & cucumeres maturos, & pruna, & mora. Iam ex carnibus eas quæ ferarũ sunt, potius q̃ cicurum: & salitas potius q̃ recẽtes. In tota deniq; uictus ratione, quorum uis humida est, hæc fugiunt: quorum sicca est, hæc amplectuntur: quanquã contra prorsus res ipsa postulat: cum prosint his maxime humectantes cibi. Verum quoniam horum etiam frigidi quidam temperamenti sunt, proindeq; pituitã in uentre illico gignũt, ac primis uenis: hinc uidelicet noxij sunt uisi ijs qui nec uniuersum senum temperamentum nouerũt, nec caput uictus eorum ordinandi uident. Quippe nec oleum, nec dulcis aquæ calens balneũ, nec uini potio his prosit, si humectationis nõ indigent. Iam quòd moderato motu & somno indigeant, satis magna documenta sunt quò uictus eorum dirigi consilium debeat. Quare siquando propter pituitam cogimur aliquid ex ijs quæ incidant ac dissecent petere, reuertendum sine mora ad humectantẽ uictum est. Pari modo siquando propter obstructionis suspicionem ad cibos medicamentáue quę obstructos meatus liberent, conuertimur: quo minus tamen humidi temperamẽti cibi sint, nec illo ipso die cõmittẽdum, multoq; magis postero die eidem proposito hærendum, ac far cum melle exhibẽdum, acetiq; aliquid ei miscendum, utiq; eum ptisanæ ritu præparamus, [aut] ex mulso uino ue falerno sumere iubendum, aut lacte ut prædixi utendũ, aut ptisana bene cocta quæ piperis pollinem accepit. Ita uero & maturi fici præ cæteris fructibus sunt eligendi: hyeme uero caricæ. Panis quoq; ita ut dixi præparatus, aut cũ melle, aut cũ mulso, aut cũ uino aliquo idoneo. Veluti enim exempla claritatis causa hæc apponimus: ut qui perlegerit, ad uniuersalẽ scopũ quo calor humectatioq; petuntur intentus, iudicare de materia simili modo queat. Quoniam autẽ tũ pituitosum tum serosum excrementum in senũ corporibus colligitur: & urinas moueri quotidie cõuenit, non tamen per pharmaca, sed apio, & melle, & uinis quæ id præstare ualeant: & aluum soluere, potissimum oleo ante cibum absorpto, sed & oleribus ex oleo garoq; ante cibũ assumptis. Ac quotidie quidem tum per hæc abũde aluus quibusdam soluitur, tũ ex ficis, utiq; cum hi habentur, & prunis, ac alijs id genus quæ æstate autumnoq; uigent. hyeme uero & caricis, & prunis damascenis, ijsq; aut elixis, aut in mulso cui pluscülum insit mellis, maceratis. Eritq; id

A melius, si mel atticum sit. Longe autẽ ad deijciendam aluũ damascenis hispana præstant. Quin oliuas ex muria præsumere aliquando licet. Aloen uero (quod multos senũ quibus siccus uenter est, facere uideo) haudquaquam sumi suaserim. hanc alij in pilulas fingunt cum brassicæ succo, alij tantum puluerem eius alicui inspergunt liquori: qui alijs aqua est, alijs mulsum. Diuites eam quę cum cinnamomo conficitur, accipiunt. Medicamentũ id alij hieram dialoes, alij amaram uocant. Habẽt uero id alij siccũ, quò potioni inspergant: alij melle modice exceptum non cocto. Verum nullo horum senibus est opus, nisi maior aliqua necessitas urgeat. quippe si iam comprehẽsis aluus soluitur, etsi nõ quotidie, saltẽ alternis diebus, nullum plane

B medicamẽtosum dari debebit. Quòd si biduo adstrictus uenter, tertio die non soluitur: sat eo tẽpore fuerit mercurialem herbam, & marinã brassicam (Græci thalassocramben uocant) & cnicũ in ptisana, aliaq; quæ modice medicamẽtorum uim obtinent, dedisse, similiter & terebinthi resinã. Sumitur autem ea aliquando nucis ponticæ magnitudine, aliquando duarum, triúmue. Quippe nõ modò aluum soluere citra noxam potest, sed etiã uiscera omnia, iecur, lienem, renes, pulmonemq; abstergere. Porrò ijs quæ prædiximus, uarie uti expediet; neq; uno tantũ delecto, id perpetuo exhibere. Cui nanq; assuefacta spatio sumentis natura erit, eius uim contemnet. Ergo uariare uices tũ prædictis oportet, tũ uero eo medicamento quod

C ex caricis conficitur. Sunto autẽ hæ pingues, auferaturq; ipsis ea quæ foris circuit pellis: pari modo & cnico: mox ambo simul tundantur. Esto autem & carica cum cnico pari pondere. Licebit uero hic quoq; medicamẽtum experiri, ac prout se ad sumẽtis naturam habet, aliàs plus, aliàs minus cnici immittere: sumere uero duarum triúmue caricarum magnitudinis modũ. Ex ipsa uero (ut dixi) experiẽtia inueniet sibijpsi quis talium omniũ legitimũ modum: cũ uẽter alijs magis alijs minus medicamentis sit obediens. Cæterũ nullum eorũ quæ dicta sunt medicamentorum, exhiberi admodum copiose debebit. Siquidem nonnulli in præsens gaudent si copiosius desederint. uerum quanto magis sunt uacuati, tanto his uẽter sequẽtibus

D diebus magis adstringitur. Quo fit ut ipse, si qui sunt quibus in diuturnis morbis uenter sistit (quales potissimũ hyeme cõtingunt, quibusq; post longam infirmitatẽ in conualescentia similis affectus incidit) ijs aluum duco non acribus per inferiora infusis, sed tantum oleo. Quod etiam sanis quoq; ubi uenter adstringitur, securus interdum infundas: quippe quo & siccius excrementũ madescit, & transitus efficitur lubricus, & corpus ipsum senis emollitur, duris aliàs pellibus similiter rigẽs. Non tamen sunt hæc senis qua senex est, propria: quippe cum etiam sint ijs qui à longis morbis cõualescunt, utilia. Quid igitur proprium est senis qua senex est? Nempe quod temperamento eius cõducit. Id enim est cuius culpa senescimus, alius alio tem

alio tempore citius seriúsue, prout uel natura ab initio sumus cõparati, uel ex uitæ exercitio uel ex uictus ratiõe, uel morbo, uel solicitudine, uel alio id genus immoderatius siccati. Est enim id quod omnes homines proprie senectutem appellant, non aliud quàm siccum & frigidum corporis temperamentum, annorum multitudinis ratione proueniens. Accidit autem interdum & febrili morbo: atque id etiam ex morbo senium appellamus, sicuti in libro De marasmo diximus: quippe cum eiusmodi affectus, marasmus quidam sit: qui non in animalibus modo, uerumetiam stirpibus uisitur. Tradita uero iam est in primo huius operis uolumine prouenientis in nobis senectutis necessitas. Ergo tũ ex illo, tum ex ijs quæ de tẽperamentis, atq; etiam ex libello quem de marasmo scripsimus, instructior quispiam ad eam artis partem quæ de senũ ductu agit, reddi poterit. Siquidem omnis affectionis corporalis prouidentia in duobus consistit: nempe propria eius internoscẽda essentia, & materiæ præsidiorũ uiribus: ut statim in proposito nunc senio, qui sciẽter pernouit affectum eũ siccitatẽ quandam cũ frigiditate esse, si quidẽ quæ humectent pariter & calfaciant, præsidiorum materias norit: is idoneus senũ medicus fuerit. Quadruplex uero materiæ genus cum sit, quæ sumunt, q̃ gerunt, quæ educunt, q̃ foris admouẽtur: utiq; ex singulis eligere oportebit q̃ calfacere humectareq; possint. Sed ad horũ cuiusq; commodum usum, exercitatio quæ per exempla fit, maxime est utilis. Scio ego aliquãdo me pueri thoracem, qui ab reliquarũ partium symmetria id est debita conuenientia nõ parum aberat, eiusmodi remedij genere ad iustam perduxisse mensuram. Cinxi illi lato modice cinctu omnia quæ sub thorace ad coxas usq; sunt, ita temperans, ut tum citra offensionem hęreret, tum nec laxũ quicq; relinqueret, nec etiã premeret. Exercitatiões uero iniũxi & quæ per tota obeunt brachia, & uociferationes quas phonasci ἀναφωνήσεις appellant. In utrisq; uero cohiberi anhelitum iussi. Id fit cum thoracem ipsum undiq; ualenter impuleris, anhelitum autem sic cõpresseris, ut quem prius attraxeris spiritum, totum intus retineas. Itaq; etiã amplius inspirauerit oportet, qui hoc cõmode faciet: quandoquidem quo amplius sit aeris qui compellitur, hoc magis thorax distẽtus dilatabit. Quòd autem ipsę quoq; uociferationes tum magnifaciẽdæ, tum in acumen tendendæ sint, id minime est obscurum, si modo uniuersas thoracis partes ualenter exercitari in animo est. Atq; hæc quidem gliscentium adhuc corporum ea quæ natura male condita sunt, ad iustam conuenientiam symmetriamq; restituent. Eadem modice etiã ijs qui perfectam iam magnitudinem consecuti sunt, proderunt. uerum in sene nihil tale moliendum, utpote cui feriari infirmas partes utilius esse diximus. Vtilius uero his est & cõsueto opere exercitari, etiã si modice noxium sit. Contra iuuenibus ea mutare quæ nocent, tentãdum est, etiam si à pueris his

A maxime insuerint. Possunt enim eorum uires moderate factam mutationem sustinere: sperariq; potest in reliquo uitę tempore fructum aliquem eos ex meliore consuetudine percepturos. At senex si posset longo tempore sensim malam consuetudinem mutare, propterea quòd quo tempore meliore frueretur, habiturus non esset, frustra laborem insumeret: non aliter quàm siquis artem discere quampiã octogenarius inciperet. Sicuti uero senum ipsorum inter se nõ parua differẽtia est, siue id ex ætate spectes, siue ex corporis affectu: ita & eorum qui natura sicciore frigidioreq; sunt, si ad mediocrem statum compares, non paruum intẽperiei discrimẽ inuenies, tum ipsorum inter se, tũ uero ad senes. Atq; humectare quidem hos profe-
B cto calfacereq; conueniet: cæterum audacius hæc facere in ijs qui per ætatem maiori exercitio sunt ferũdo, ceu quorũ ualide adhuc uires sunt. Quippe primum quo omne remediorum consilium dirigitur, eiusmodi intemperies corporis est, non senium, aut ætas aliqua. Verum quoniam affectuũ naturam per coniecturam accipimus, idcirco ætatem quoq; cõsideramus. Porrò eadem utilitas & consuetudinis noscẽdæ est, præterea extrinsecus incidentium causarum, quas procatarcticas Græce uocant. Quippe ad certiorẽ affectuũ notitiam talia omnia nobis conducunt: remediorũ tamen insinuatio ex his non præstatur. At empiricis talia totius concursus quã συνδρομὴν uocant, pars esse cẽsentur: quæ syndrome in ipsa curatione est
C obseruata, haudquaquam ex ijs quæ fieri affectus postulat, inuẽta. Quo rationabilius Hippocrates de agnoscendo præsagiendoq; plurima scripsit, utiq; in particularibus nos exercens. quod etiam optimi medicorum post eum fecerunt: non ignari huic nulli negocio inuẽtum iri remedia, qui eius quod curat corporis, ægri saniue affectum exacte norit. Siquidẽ, ut sæpe testati sumus, incipiẽdum ab illo medendi præcepto est, contraria esse contrariorum remedia. ubi uero remediorum materiã compertã habueris, ac simul uires eius intellexeris: male affecto corpori semper cõtraria: optime se habenti similia uiribus esse adhibenda. Quinetiam intemperies ipsas quæcunq; adhuc intra sanitatis fines subsistunt, si corrigere studebis, cõtra-
D ria quodammodo uictus ratione curabis: quod tamen per multũ fit ocium. Nam si in negocio sint, similibus uteris: potissimum cum ita fuerint corpora assueta. Porrò accidit alterũ horum plerunque magis, ceu naturis ipsis ea quæ sibi sunt accõmoda, sua sponte citraq; doctorẽ eligentibus. Atque hactenus male affecto corpori contraria exhibebimus, quoad pristinum statum cõsecutum sit. Cæterum ea uictus ratio quæ intemperies corrigit, longius plerunq; procedit, propterea quòd similibus maiore ex parte morbis tentamur: qui calidiore natura est, calidos morbos facile incurrente: qui frigidiore, frigidos: & reliquis pro ratione. Facilius itaq; quicquid intemperatum est, ad propriam naturam redit, quàm ad optimum tempera

mentum uenit. Quippe id cū in medio omnis in-
temperantiæ sit: quisquis conueniente naturæ suę
morbo laborat, ab eo longius abest: qui dissimili,
minus. Ergo nec assuetudines ipsæ tametsi prauæ
sunt, displicentibus adhuc sibi corporibus mutan
dæ sunt. Quin nec per summam sanitatē semper
id tentandum, sed tum cum is cui mutandæ sunt,
à ciuilibus negocijs maxime uacat. Hæc itaq; cō-
munia omnium temperamentorum pręcepta par
ticulatim uariantur, prout intemperantia quæuis
ab optimo temperamento recessit. Nec mirum sa
nè est si intemperatæ naturæ, quę in medio exactę
sanitatis & morbi sensibilis cōsistunt, etiam ad or
dinandi uictus modum sint ancipites. Sed nec il-
lud mirandum, ab ijsdem adiuuari lædiq; homi-
nes uideri. Nam contra si omnes inter se similem
corporis statum obtinerent, utiq; mirandum tum
esset aliquos iuuari lædiq; ab ijsdem. Sed quoniã
contrarij inter se multorum hominū corporis sta-
tus sunt: ratione nō caret quòd ex contrarijs etiã
utilitatem percipiant. Quo magis de medicis om
nibus mirari cuipiam licet, quicunq; nullo prius
naturarū facto discrimine, de sanitate tuenda scri-
bere sunt aggressi. Sicuti enim fieri non potest ut
unum calopodium ad omnes homines sutor ac-
commodet, ita nec medicus unam omnibus uitæ
speciem quæ conducat. Hac igitur de causa qui-
dam saluberrimum esse affirmant, abunde quo-
tidie exercitari: quidam nihil obstare quo minus
in quiete prorsus degatur. Et sunt quibus lauari
maxime salutare uidetur: alijs minime. Quinetiã
de uini aquæq; potiōe, itemq; de alijs ad eundem
modum, nō ijs modo quæ ad salubrem uictus ra-
tionem pertinent, sed etiam morborum remedijs,
pugnantissima inter se scribūt, adeo ut uel unum
quippiam quod ōmibus his inter ipsos cōueniat,
rarum inuentu sit. Cæterum usus ipse docet tum
ab ijsdem ipsis aliquos lædi iuuariq;, tum à cōtra-
rijs pari modo. Equidem quosdam noui qui si tri-
duo se ab exercitatione abstinerēt, protinus ægro
tabant. Alios in perpetua quiete degentes, tamen
secundam ualetudinem tueri. Atq; horum ipsorū
alios minime lauare: alios, nisi lauissent, illico fe-
bricitare: sicut Premigenes Mitylenæus. Atq; ꝙ
hæc quidem ita fieri cernantur, etiã ij qui solo usu
artem colligunt, nouere. Nemo tamen eorum ita
ut in morbis notas prodidit, quibus quis inten-
tus, quam quisq; uictus rationem postulet, inue-
nire posset. Quippe in paucissimis inuenias exa-
cte traditas quas Empirici syndromas, id est con
cursus uocant: quēadmodum in peripneumonia,
& laterū compunctione: sed pleriq; morborū con
iecturalem habent dignotionem: ut qui nō ex cer
torū incidentium collectu noscantur, sed hominē
desiderent qui omnino corporis affectū calleat,
quiq; omnia quæ eiusmodi affectui consonent, in-
uenire singulatim queat. Quippe quod propositū
est, nos ipsa ratione ducti adhuc iuuenes inueni-
mus. Vnde etiã manifestum est usum quantūuis
longū sine ratione talia inuenire non posse. Nã de

A Premigene cū audirē nisi lauaret, omnino febrici
tare: collegi ratione eū fumida excrementa gigne
re, quæ transpiratu emitti postularēt. cæterum cū
densior cutis esset ꝗ ut ea transmitti omnia sine-
ret, collecta sub cute calorem excitare. itaq; etiam
balneū eiusmodi naturis utilissimum esse, non ob
id modo quòd fumidum euocet, sed etiam quòd
humectet, idq; dulci humore. Ergo placuit expli-
cata quoq; manu Premigenis thoraci iniecta, cu-
iusmodi esset caloris qualitas, explorare. Vt uero
acrem mordacemq; comperi, nō dissimilem calo
ri eorum qui cæpas award comedissent: multo
adhuc magis euētus causam probe cōiectasse mi-
hi persuadens, percontabar ecquid sudoris illi ci-
tra balneū incideret: negante q; id, iam firmiorē ha
B bere me affectus eius notitiã mihi persuasi. Quin
etiam alios quosdã uidimus quibus mordax ca-
lor erat similiter ut huic: non tamen hi una balnei
intermissione febricitabãt, ꝓpterea quòd per su-
dores excremēta his uacuabant. Premigeni præ-
ter naturalem habitum etiã uictus ratio uel semel
intermisso balneo febricitãdi occasio erat. Nam
plurimum domi uersabatur: ibiq; scribens uel le-
gens perseuerabat, propterea quod Peripateticæ
disciplinæ incumbebat: in qua nemini suæ æta-
tis erat secundus. Scimus & ijs qui minime natu
ra tale excrementum aceruant, instantem laborū
diligentiam, curamq;, gignendi eius causam esse.
Itaq; etiã alteri cuidam cui æque atq; illi mordax
calor erat, tãetsi balneū uno die intermitteret, cō
C tigit non febrire, propterea ꝙ nec studijs deditus
erat, & negocia sua per urbē inambulans obibat,
emens uendensq; multa, etiam pugnans subinde:
in quibus sudare coactus est. Ideoq; etiam alterū
quendam ex ijs qui æstate quotannis acuto bilio
soq; morbo laborant, multos iam annos seruaui
exercitari uetans. Nam cum calido siccoq; tēpera
mento esset, sicuti Premigenes, etiã exercitatiōe
utebatur præceleri, tum uero sole, ac puluere. Cō
tigit ergo ei & calorē immodice augeri, & cutem
densari, atq; ad transpiratū ineptã reddi. quæ am-
bo ubi concurrerunt, nimirum corpus cui accide
runt, paratum ad febrem reddunt. Ergo quod in
medendi arte semper usurpare soleo, id nūc dicã.
Facillime quidē quod quæritur, ratiocinatio in-
D uenit, fidē uero eius experiētia cōprobat. Quan-
quam illud multo maxime mirãdum est, cū Hip-
pocrates moneat calidis naturis utilius esse in o-
cio agere, quàm exercitari: nō paucos tamen me-
dicos esse qui ne norūt quidē cuiusmodi tales ho-
mines sint, sed iuxta ōmibus exercitationes iniū-
gant. E diuerso nonnullos esse quibus nihil ad sa-
nitatem conducere exercitationē placeat. Sed &
tertiū ab his genus esse, qui assuetis exercitari, id
permittãt: non assuetis interdicant. Quorū nemo
planè non errat: minime tamen ij qui tertio loco
dicti sunt. Quippe qui cuilibet rei insuescunt, ma-
gna ex parte naturæ suæ conuenientē cōsuetudi-
nē deligūt, propterea ꝙ ab ijs quæ nō cōueniant,
subinde lęsi, ipsa repudiãt. Aliqui tamē uel dulce-
dine uicti

dine uicti, uel præ nimia dementia se lædi non sen- A
tientes, in malis consuetudinibus persistunt: uerū
hi pauci: plures qui non persistunt. Quo magis ra
tionabile est minus errare medicos eos ꝗ omnem
consuetudinem seruādam censent: qui uero nihil
ad sanitatem interesse putant, exercitatus quis ci-
bum sumat, an contrà: item qui omnes exercitan-
dos putant: hos peius consulere quàm qui prædi-
cti sunt. Horum uero ipsorū, si inter se comparen-
tur, minus incōmodi sunt, qui ante cibum perpe-
tuo exercitandum esse putant. quod & Hippocra-
tem præcipere aliqui sunt rati. labores enim cibos
præcedere, in Aphorismis legi. non uidentes hoc
loco de ordine eum locutum exercitationis, & ci-
bi, nequaq; illud affirmare, quòd omnibus homi-
nibus hęc ambo cōducant: imò quibus exercitari B
expedit, præcedere exercitiū cibos debere. Quòd
autem non omnibus prosit, & in libro De uulgo
grassantib. morbis apertè testatus est, ubi calidas
naturas quiescere cēset: & in Aphorismis tectius,
sub uniuersali præcepto ubi contrariorum contra
ria esse remedia proponit. Porrò fieri potest, ut pu
gnare aliquando uideant̄ huiuscemodi præcepta:
nō deficientibus qui omnem motū ipsi moto cor-
pori conuenientem exercitationē nominent: alijs
tātum eum qui uehementior sit: ita ut priore signi
ficato omnes homines exercitationem desiderare
neminem lateat: secundo uero significato non ita
se habere. Eorum nanq; qui in carcere sanitatem
suam tuentur, parum aptè mihi mentionem face-
re quidam uidentur: quippe qui spatio prorsus pe- C
reunt, si omnino tum ungi, tum lauari prohiben-
tur. Quòd uero ad paucos dies insalubri uictus ra
tioni resistunt, nihil sanè miri. Si igitur exercitatio
nis uocabulo omnis uenit motus: & qui inambu-
lauit, & qui perfrictus, et qui lotus est, exercitatus
dicetur: dūmodo conueniente modo præsenti cor
poris statui sit motus. Quòd siquis etiam ab his sit
prohibitus, om̄ino ægrotabit. Qui enim ab his in
carcere prohibentur: eos nunc non modo ægrota
re, sed etiam mori uidemus, si diu sint inclusi. Sin
uehementiores tantum motus exercitationes uo-
centur, eo pacto uerum sit nō egere omnes homi-
nes exercitatione. Statim em̄ Premigenes ille nul
lum requirebat uiolentum motum, sed nec in por
ticu quæ est ante balneū, exiguam ante lauandum D
inambulationē: imò unctum esse ex oleo, & à bal-
neo aquam detersisse, satis magni motus sunt talis
temperamēti homini. Hic uero & ante cœnā am-
bulabat, & cum amicis disputabat. similiter mane
quoq; domi. Nusquam igitur ex ipsa in totum de
sidia adiutus quisquā est. Sed cum quietem agere
calidis naturis Hippocrates suadet, uehemēti mo
tione uti uetat. Porrò ipse multos qui propter eos
motus quos per totam æstatem exercebāt, in prin
cipio autumni quotannis ęgrotabant, ipsis uetitis
sanos reddidi: quemadmodum rursus alios à uehe
mēti exercitatione prohibui: alios à quiete ad exer
citia traducens, cum sæpe ante ægrotassent, in sa-
nitate seruaui. Porrò hi frigidiores sunt ijs ꝗ tem-

A perati & mediocres sunt, & affectu planè cōtrario
ijs qui calidiores sicciores q; sunt. Diximus autem
temperamentorū notas nō solum in libro de tem-
peramētis, sed etiā in libro de arte medica. Is enim
uni ex libris nostris est titulus. Mirādū uero de ijs
medicis est, qui ne ea quidem quæ sensui euidēter
apparent, agnoscunt. Quis enim latissimū esse ho
minum discrimen nunc non uidet, adeò ut eadem
exercitia, ijdē q; cibi alios bene, alios male habeāt,
non secus ꝗ in morbis? Quare sicuti ꝙ non om̄es
eadem requirāt, eos scire decuerat, ceu manifestè
apparens: ita cum cōmentarios scriberent, deter-
minare ac docere quæ quibus uel cōducerent, uel
officerēt, par erat. Quid igitur causæ fuit cur eius-
modi determinatiōes, tametsi ab Hippocrate pro-
B ditas, omiserūt? Nempe quid aliud, ꝗ perdita am
bitio, dum dogmatum principes nominari, atq; in
de gloriā consequi inter homines studebant? Cu-
ius causa illi non ea quidē quę manifeste apparēt,
sed opiniones quas ipsi ultrò ponebant, sequi uo-
luerunt. Posteri uero qui in hos inciderunt, per-
suasi pleriq; sunt, propterea ꝙ nec quicꝗ didicis-
sent melius, & simul rudes imperitiq; demonstrati
uæ sciētię omnino essent. Qui nanq; hanc sequet̄,
facile tum uera dogmata à falsis discernet: tū quæ
certis determinationibus scripta sunt, ab ijs ꝗ non
ita. Idem nimirū inscitiam eorum omniū damna-
bit, qui citra determinationē de dissidentibus, ali-
quid scripserunt. Quo magis, quænā esse determi-
nationes debeant, altius repetentē, sed breuibus,
C diligēter audies. Quibus mordax calor natura est, Balneū
adeò ut fumida gignat excrementa, ijs balneū salu
bre est: tū motus qui & exiguus & lentus sit. mul-
tus aūt & celer aduersissimus est. Itaq; istis non se
mel modo, uerūetiam bis die lauari conducet, po
tissimū æstate. Esse quoq; boni succi nutrimentū,
in quo nihil insit acre. In sole aūt uersari, & irasci,
& multū cogitare, his inimica sunt. Qui diuersæ
ab his naturæ sunt, (hi autē sunt qui frigido & hu-
mido temperamento sunt) ualentiores motus de
siderant, ac uictū in quo superet, quod tenuem suc
cū faciat. Is cuiusmodi sit, diximus singulari libro.
Hi uerò nec si in sole exercites, lædunt̄: nec etiam
si balneo abstineāt. Ac maxima quidē est dictarū
inter se naturarū differētia. Aduersissimū enim est
D humidum & frigidū temperamentum, ei quod ca
lidum est & siccū. Maxima rursus est & calidi ad
frigidū, & humidi ad siccum. Porrò frigidū & sic-
cum, senum temperamento ꝗ simillimū est. itaq;
etiā celeriter senescunt eiusmodi corpora. dictūq;
de hoc temperamento suprà abunde est. Humidū
uerò & calidum, fluxionū uitijs obnoxiū est. Cæ-
terum quod omnibus intemperatis naturis com-
mune præceptum est, id expedit in hac quoq; ser-
uari. Est autem id, ut eas corrigas quidem contra-
rijs, sed dum planè in ocio sunt: serues autem simi
libus, quum per negocia sibi uacare non possunt.
De exercitationibus huiusmodi corporum ita sta
tuendum est: plus quidem his laborandū esse, pro
pter corporis humiditatem: præceleri motu non

utendum propter calorem. Porrò attendendũ dili- A
genter eſt, cum ex ſegniore uitæ ratione ad exerci-
cationes ſe transferunt. Illico enim fluxionum ten-
tantur morbis, niſi prius ſint uacuati quàm exerci-
tationes adeãt. Quicquid enim in corpore concre-
tum & craſſum in humoribus fuerit, aut etiã mo-
dicè frigidũ: id ſtatim in ſpiritum uertitur, ac fun-
ditur. Itaq; etiã uerè tales naturæ maximè ijs mor-
bis patent, qui ex plenitudine oriũtur: quales ſunt
ſynãchæ, cynãchæ, deſtillationes, quos catarrhos
uocant, hæmorrhoides, ſanguinis profluuia, arti-
culares morbi, ophthalmiæ, peripneumoniæ, late-
rum cõpunctiones, reliqui deniq; omnes quorum
genus eſt phlegmone. Quare etiam occupare per
ueris initiũ ſanguinis detractione oportet, aut per
inciſam uenam, aut ſcarificandis malleolis. Quòd B
ſi ita inanire recuſent, purgandi medicamẽto ſunt
non ſimplicis facultatis, ſed quod trahere & flauã
bilem & pituitã & ſeroſa excrementa poſſit. Quæ
uero de exercitationũ ratione diximus, eadem &
de balneo dicta eſſe putandũ: quippe quod ipſum
quoq; non tutũ eſt, niſi prius inanitum corpus ſit.
Inanito uero utile eſt, potiſſimũ cuius lauacri aqua
potabilis nõ eſt, ſed in qua uis aliqua per halitum
digerendi ſubeſt. Vinum autẽ frigidis ſiccisq; na-
turis utiliſſimũ eſſe prius dictum eſt. An uero cali-
dis omnibus idoneum non ſit, ſed utilior his aquę
potio ſit, ſicut in libro de popularibus morbis, ſi-
ue Epidemion legimus: nunc æſtimandum. For-
taſſis enim abſurdum omnino cuipiã uidebitur, iu-
uenẽ qui athleticus, uel militaris ſit, aut etiã foſ- C
ſor, meſſórue, aut arator, uel deniq; qui robuſtum
aliquod opus exercet, aquæ tantũ potione uti: atq;
in hoc falli Hippocratẽ, cum calida temperamen-
ta aquæ potionem poſcere, abſolute pronunciet.
Mihi uero Hippocrates nõ abſolute id, ſed de na-
turis ſumme calidis, quæ utiq; propter intempe-
riem tales ſint, dixiſſe uidetur: non quòd plurimũ
habeãt naturalis caloris, quem ipſe augeri in athle-
tarum exercitio confirmat. At qui ex intemperie
calidus eſt: is neq; athleta, neque miles bonus, ſed
neq; foſſor, meſſor, aratórue, aut deniq; ad ruſtica
urbanáue opera fortis unquã euadet. Quippe ua-
lentium hominũ ea ſunt munera. Porrò tales nun-
quam fuerint, niſi mediocri ſint tẽperatura. Atqui
ſi media temperie ſint, utiq; plurimus his fuerit na- D
turalis calor. Ac tali quidẽ naturæ mediocre pro-
fecto dandum eſt uinum: ſicuti ipſa quoq; medio-
cris eſt. Atq; hactenus ſaltem mediocre, quòd ipſa
mediocris eſt temperamenti: quando hanc quoq;
neceſſe eſt non ſolum in ſenectute, ſed etiam in re-
miſſionis tempore, media tẽperatura frigidiorem
euadere. Sicui ergo ut in temperie quæ intra ſani-
tatem conſiſtat, calidiſſimum temperamẽtum ſit:
huic omnino uinum circumcidiſſe prodeſt. Sed
cum triplex genere ſit calidi temperamenti diffe-
rentia, una in qua reliqua contrarietas (nẽpe quæ
in humido ſiccoq; conſiſtit) mediam temperiem
ſeruat: altera in qua ſiccitas ſubſultat, & tertia in
qua unà cum calido etiam humidum redundat:

A utiq; in qua altera contrarietas medium tempera-
mentum tenet, nunquam fuerit ultimè calor im-
modicus: quandoquidẽ huic ſiccitas ſtatim ſuper-
uenit. Iſta uero non ponitur à nobis ſicca. At in
qua ſiccitas calori eſt adiuncta, in hac incidere ali-
quandò plurimus, ut in intemperie quæ cum ſani-
tate cõſiſtat, præter naturam calor poteſt: idq; lon-
go tempore. Plurimam uerò breui ſpatio, etiã quę
cum humiditate coniuncta eſt immoderatam cali-
ditatem, ut in ſanitatis intẽperie, fieri licet. Ac ei
quidẽ quam primo loco diximus, differentiæ, tan-
tum diluti uini, quod ὑδατώδες uocant, exhiberi
ſinemus, quãtum à ſumma intẽperie ipſa receſſit:
reliquarum autem neutri, præſertim cum ſumma
ſit, quemadmodum oſtenſum eſt. Quæ enim tales
B intemperies non ſunt, ijs dandũ uinum eſt, ſed exi-
guum & dilutũ (tale porrò eſt quod colore quidẽ
eſt album, ſubſtantia tenue) ſicut ediuerſo frigidis
intemperãtijs calidiora uina præbemus. At quod
calidiſſimum quidem uinum eſt, id frigidiſſimis in-
temperantijs eſt utile: reliquis uero quod portio-
ne reſpondet. Neq; enim eius tantum meminiſſe
oportet, quòd contraria contrariorum ſint reme-
dia, ſed etiam quãtitatis rationem in ſingulis con-
trarijs habere. Ergo ſicuti de medicamentis oſten-
dimus, non ſolum æſtimãdum eſſe calidúmne an
frigidum quicquam ſit, ſed etiam quoti in his ordi-
nis ſit: ita & de uinis eſt agendum: non ſolum dilũ-
tum aut calidum deligentibus nobis, ſed quod ut
ad intẽperantiæ ſpeciem calore frigoréue ſuo con-
C uenienter occurrit ac reſpondet. Hæc uerò dicta
mihi de ijs ſunt, qui mediam ſenectutis ætatem a-
gunt: utique nec ignoranti primam eius partem
eſſe, quæ ὠμογερόντων, id eſt, eorum qui cruda ui-
ridiq; adhuc ſenecta ſunt, dicitur, propterea quòd
adhuc obire ciuilia negocia poſſunt: ſecundam
autem cui apte nomẽ ipſum inditur, eo quòd ipſa
ſit de qua dicitur,

Vt lauit, ſumpſitq; cibum, det membra ſopori.

Quod tamen in tertiam non conuenit: in qua Te-
lephum grammaticum bis térue menſe lauari di-
xi. Propter enim uirium infirmitatem aſſiduum hi
balnei uſum non ſuſtinent. Accedit quòd per ha-
bitus frigiditatem mordacia hi excrementa nõ pa-
riunt. Nominant eum qui ad hanc partem perue-
D nit, grę ce πέμπελον, ſicuti aiunt qui uocabulorũ
etymologijs gaudent: ab eo quod πέμπειν τὴν εἰς
ἅδην, id eſt mittẽdo in põpam q̃ ducit ad Manes.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SEXTVS,

THOMA LINACRO ANGLO INTERPRETE.

Liud huius de ſanitate tuẽda ſpecula-
tionis argumẽtũ hoc libro inchoatu-
A rus, repetẽda cenſeo eorũ q̃ hactenus
tractata ſunt, capita: q̃ utiq; dicendis
ſunt neceſſaria. Igitur primũ diximus
quid

quid sit sanitas: secũdo loco generalis eius descriptio posita est: tertio quemadmodum seruari ea possit, est proditum. ad hæc illud adiectum, animalium corpora perpetuo mutari, indeq; adeo necesse esse sanitatem eorum quæ aliàs corrumpi periclitetur, nostræ procurationis indigere antequam tam notabilis mutatio fiat, unde iam manifeste ægrotent. procurationem uero non aliunde constare, quàm ex cibo potioneq;, quibus quod de substantia corporis decidit, reficiatur. Altera incurabilis esse demonstrata mutatio est, scilicet quę pro ætatis ratione accedit: propterea quòd cuiusq; animalis corpus à prima genitura ad exitum usq; toto interueniente tempore siccescat. Cæterum qui salubrem uiuendi rationem ignorant, credibile est hos citius quàm pro naturæ ratione interire. Quoniam autem (ut diximus) necesse est omne genitum animal nutriri, substantia uero ciborum uniuersa in nutrimentum non abit, ac proinde uitiosum quiddã ex superuacuo eius relinquitur, quod proprie excrementum uocant: præparatæ à natura quædam corporis partes sunt, quæ id secernant atq; emittant. Plurima uero cum sit in naturis corporum differentia, rationabile est suam esse cuiq; sanitatis tuendæ prouidentiam. Primum igitur eo homine qui optimo sit statu, pro materia tractationis proposito: quemadmodũ hunc quispiam in sanitate custodiat, tradere studuimus. Cum autem uariæ occasiones sint, quibus secũda ualetudo uarie conuellitur: eum qui optimo corporis sit statu, [uni sibi uacantem] ac ab omni ciuili negocio liberum, in sanitate seruare proposuimus. Atq; hũc quidem cum in primis quinque libris quemadmodum quis à prima ineunte ætate ad ultimam usque senectutẽ in sanitate custodiat, docuerimus: nunc ad eos ueniemus quibus per negociorũ qualitates esse, bibere, atque exercitari debito tempore non licet: præterea ad eos qui statim ab ortu ualetudinariũ corporis statum sunt sortiti. Sanè breuior erit de his sermo quàm prior, quamuis sua pte natura longior sit, propterea quòd plurimarũ materiarum uires quibus ad secundæ ualetudinis tutelam utimur, prædictæ iam sunt. Nam cum frictione, balneo, exercitatiõe, cibo, potione, fomento calido frigidoq;, ueneris tum usu, tum abstinentia, & siquid aliud eiusmodi est, mutationes fieri corporis cernamus: utique horum omnium uires (ut dixi) prius sunt proditæ. Vitiosi autem corporum status genere duplices sunt: cum elementares & primas corporis particulas, quas Aristoteles ὁμοιομερῆ, id est similares uocat, alij æquabiliter, alij inæquabiliter attemperatas habeant. Dico autem æquabiliter temperari, cum ad aliquam intemperiem uersæ æquabiliter corporis particulæ omnes, aut frigidiores iusto, aut calidiores sunt redditæ, aut sicciores, aut humidiores, aut per coniugationem quædam calidiores simul & sicciores, quædã humidiores pariter & frigidiores, & quædam humidiores & calidiores, quædam sicciores & frigidiores. Quinetiã in instrumẽtalium partiũ

A compositione quædam æquabiliter, quædam inæquabiliter sunt conditę. Ac primum quidẽ dicam hic quoq; qui status corporum sunt maxime ualetudinarij, sicuti & prius [qui maxime sanus esset] ostendi. Verum is unicus erat. etenim in omnium rerum genere quod optimum est, id unum est: uitiosa uero plurima sunt. Duplex tamen est eorum secundum genus discrimen, ceu paulò ante dixi: alijs simili intemperie omnes partes habentibus, alijs dissimili. Atq; eorum quidem quę similem intemperantiã habent, ea pessima esse constat, quæ has ualidas habent, ac potissimũ frigidas simul & siccas. At quibus inæqualiter se habent corporis partes, horum numerare quidem uarietates facile non est. Cęterũ illa quoq; duplici genere speciéue, B siue quouis alio modo nominare uelis, uariare licet. Nam maxime quidem ea morbis patent quorum principes maxime partes contrarijs temperamentis sunt affectæ. Minus obnoxia ualetudini sunt, quibus diuersæ à principibus partes ita se habent. Equidem aliquos iam uidi, quibus uẽtęr frigidus erat, caput calidum: sicut contrà quibus caput frigidum erat, uẽter calidus. Vidimus autem & ex accidenti, nõ primum, nec propria temperamenti ratione assidue afflictũ bili uẽtrem, qui alioqui non erat natura calidus. æque uero & refrigeratum alterum, quamuis nõ esset natura frigidus. ad eundem modũ & caput, & iecur, & lienem, atque etiam alias partes, aliarum quandoq; intemperantijs affici, cum aut ipsæ haudquaquã læsæ in C proprio temperamento essent, aut etiam contrarium planè quàm aliæ affectum haberẽt. Primum ergo de ijs uerba faciam, qui æquali sunt intemperie: idq; ab ijs qui præcalidi sunt, auspicatus. Sanè dictum à nobis in libro de temperamentis est, fieri non posse ut intemperies quælibet sola diu duret: quando ipsa sibijpsi alteram ex necessitate adsciscit. Indeq; factum ut pleriq; medicorũ quatuor tantum esse intemperãtias putarint, easq; compositas: simplices uero ne esse quidẽ. Nam & calidã, dum humiditates semper consumit, parere siccitatem: & frigidã, dum nihil absumit, humoris incremento quodãmodo conferre. Eodem modo & siccam, per eas ætates quibus augescit animal, calidius ipsum semper efficere. quibus uero decrescit, refri D gerare: & siccare quidem solidas corporis particulas, cõgerere uero abundantiã excrementorũ. Simili modo si humida cũ modice calida coierit, existere aliquãdo in utraq; oppositione mediã temperiem. Vtranq; oppositionẽ intelligo, & quæ ex calido ac frigido cõsistit, & quę ex sicco & humido. Erit autem medij temperamẽti (ὃ εὔκρατον Græci uocant) eiusmodi intemperantia, in ipso præcipui uigoris tempore, quam ἀκμὴν Greci uocant, sed & in remissionis tempore, prout ipsi conuenit. Optimam nanq; temperiẽ in adolescentia corpus obtinet: reliquæ omẽs ætates deteriores hac sunt; ut prius est ostensum. Atq; hoc etiam meminisse conueniet, unum id quoq; ex ijs quæ dicta sunt, Cum enĩ duplices actiones in animalib. sint, certe

corporales

corporales pueri præcipuas obtinent: quæ animi
sunt, ea quæ à pueris ad remissionem usque succe-
dit ætas. Nec tamen est has ætates annorū nume-
ro circumscribere, quemadmodum nonnulli fece
runt: nisi forte in latitudine quadã. Ergo pubesce-
re quidem incipiūt aliqui, ubi quartum decimum
annum expleuerunt, quidam uno post anno, aut
etiam amplius. Initium præterea remissionis non-
nulli habent statim à trigesimo anno, nõnulli post
quintum & trigesimum. Ac robur quidem omni-
bus minuitur, post ipsam summi uigoris ætatem:
non tamen hi sanitatem amittunt, tametsi minus
hanc ꝙ ante laudabilem habent. Cæterum hanc
habent non solum usque ad initium senectutis, ue
rumetiam in ipsa senectute tota: quæ ipsa quoque
quibusdam naturalis esse morbus uidetur. Cum
enim nec dolore anguntur ullo, nec ullam actionū
earum quibus ad uitæ munia utimur, aut penitus
amiserunt, aut omnino imbecillam habẽt, utique
sani sunt, sanitate quæ senectuti sit congrua. Me-
minisse enim profecto oportet eorum quæ de sani
tate demonstrata sunt, nempe quòd ampla sit eius
latitudo. Iam si tertia quoq; corporis affectio est,
quam neutrã Herophilus appellat, quę in ijs qui è
graui euaserunt febri, conualescendi tempore cer
nitur, & senili ętate: omnino extra morbum senes
erunt: actiones tamẽ perinde ut ij qui in flore æta-
tis sunt, firmas ualentesq; non habebunt. Verum
si ad uidendum, audiendum, ingrediendum, aliaq;
facienda quæ seni expediunt, nullo deficitur cor-
pus: etiam hoc rationabiliter senis sanitatem nomi
nes, utiq; totum hoc iungens, senis sanitatem: non
absolute sanitatem. Hęc enim propter ipsam actio
num uirtutem integra est, & de qua queri nõ pos-
sit. Senum sanitas querimonijs non uacat. Quam
uis enim omnes actiones habet, nullam tamen ua
lidam habet. Atq; adeo illa pars artis quæ de senū
ductu instituitur, huc tantum consilia dirigit, ut
sanitatem eorum quatenus fieri licet, tueatur. Cor
pora uero quę à prima statim genitura pronum ad
morbos statum sortita sunt, ea planè ad senectutẽ
nunquam perueniunt: aut siquando peruenerūt,
uno saltem diutino morbo penitus laborant. Pro
posuimus autem in hoc libro de ijs disserere, qui
uitioso corporis sunt statu: atque hos quemadmo-
dum sanos plurimū tueamur, disquirere. Ergo ini
tio ab ijs sumpto, qui parem in omnibus corporis
partibus intemperiem habent: primum de ijs aga-
mus, qui calidius temperamẽtum sortiti sunt, cæ-
terum in humiditate ac siccitate modice se habẽt.
Ac talis quidem corporis natura ab initio statim
magis apparet sana, quàm ea quæ in utraq; oppo-
sitione uitiosa est. Vtrãq; oppositionem intelligo,
& quæ ex calido & frigido consistit, & quę ex hu
mido & sicco. Eadem dentes edet citius, & citius
articulatam uocem proferet, et citius ingredietur,
& singulis annis ad portionẽ increscet. postea ue-
ro quàm adolescentię annos compleuerit, exinde
ad remissionem usq; manifeste calidior apparebit,
sic ut tum morbis, tum symptomatis quę à bili o-
A riuntur, facile sit obnoxia. Multis nanq; calor dum
humorem absumit, siccius temperamentum red-
dit. At cū florens iam ætas item calida sit, nimirū
cõposita, eorū temperies calida simul siccaq; erit.
In talibus aūt temperamentis bilis abundare tum
pallida, tum flaua, solet. Ergo qui hac natura sunt,
ad ætatem usq; adolescentiæ similiter educandi ijs
sunt, qui optimæ sunt naturæ: de quibus dictum
in præcedentibus est. Postea uero quàm absolutū
eorum corpus sit, considerare oportet utrúmne bi
lis excrementum illis per aluum expellitur, an ad
superiorem uentrem sit propensum. Si enim deor
sum feratur, constat non debere esse solicitos. Sin
superiorem uentrem petat, per uomitum est emit
tendum, scilicet longe ualere iussis philosophis ijs
B qui uomere ex aqua tepida post exercitationes an
te cibum uetant. Nam uino nec ipse sanè tum esse
utendū suaserim, nisi difficulter id faciant ex aqua.
Quippe eiusmodi quædam corporū naturæ sunt:
quibus utiq; uinum dulce, sed ubi aquam præbi-
berint, est concedendum. Præterea etiam magis
ubi temperamentum eorum ab initio calidius sic-
ciusq; fuit, uomitio petenda est: propterea quòd
magis etiã hi biliosi sunt in præcipui uigoris æta-
te. Quin et exercitari his utilius est, nõ acutis exer
citationib. & præuegetis, sed potius tardis & mol-
libus. Sunt eñ omnes qui hoc statu sunt, gracilio-
res. Acutæ uero exercitationes consensu gymna-
starum omnium extenuant: sed lentæ contra cor-
pus implent. Sunt uero ex ijs qui impense calido
C temperamento sunt, et qui exercitari prorsus non
desiderant, sed abunde his satisfaciant inambula-
tio, balneum, & mollis ex oleo frictio. Acre nan-
que & mordax calidum, id est quod ab his exha-
lat, non humectans, quale ἀτμῶδες Græci uo-
cant, nec suaue, citraq; morsum. hos uero à cibis
quoq; balneum iuuat. Quidam uero eorum incre
dibile est quàm etiam obesi sunt redditi ex tali ui-
ctus ratione. Antiquum autem uinum inimicum
his est: album uero ac tenue idoneū est. Aestiman-
dum aūt in omnibus est qui à cibo lauantur, num
in dextera præcordiorū parte, ubi situm iecur est,
dolorem aliquem aut grauitatem, aut tensionem
sentiant. Eiusmodi nanq; corporum status iocino
ris uitijs tentari solet, si balneo post cibum utatur.
D Ac siquando eiusmodi aliquod uitium sentiunt, il
lico dandum aliquid est eorum quæ obstructū ie-
cur liberent: abstinendūq; ab ijs cibis qui crassum
efficiunt succum, ac potissimum si ijdem glutino-
si sint. De his dictum abunde nobis est in tribus li
bris quos de alimentorū uiribus scripsimus: præte
rea in eo libro quem de euchymia et cacochymia,
id est de cibis boni & mali succi, edidimus: itemq;
in libro de extenuante uictus ratione. Quippe
qui dolorem in iocinore sentiunt, ijs tali uictus ra
tione utendum omnino est, quoad dolor se remi-
serit, & dextra præcordia leuia quodammodo sen
tiant. Vtile sanè fuerit & liquorem in quo ma-
cerata sit absinthij coma, offerre: præterea quod
tum ex ea, tum ex aniso & amaris amygdalis con
ficitur

ficitur: quod etiam bibere ex oxymelite præstat in A eo tempore, quod inter surgendũ lauandumq; interuenit. Nam & postq; confecta sunt quę ex uentre ad iecur reddunt, talia exhiberi præstat: & temporis aliquid eorum operi ante cibum sumendum dari. Non inutile est & medicamentum quod diacalaminthen uocant: cuius compositionē in quarto horum cōmentariorum scripsimus. Verum in biliosis temperamentis cauere oportet huius assiduum usum. Sed & siquando horum quispiam eo propter iocinoris obstructiones utitur, utilius est ex oxymelite id bibat. Porrò alimenti species, si quis horum temperamentum uertere in melius studet, contraria esse intemperantiæ debet. Sensim uero id fiet citra noxam, si & præsit medicus: & qui curatur, ita sit à negocijs liber, ut omnia B suo tempore peragat. Nam qui in rebus ciuilibus uersatur, & multis negocijs distringitur, huic tutius est, ut nec tentet temperamentũ suum mutare, sed accommoda sibi nutrimenta sumat. Porrò apta sunt humidis quidem humida, & siccis sicca. Nutritio enim fit, cum is qui nutrit cibus, corpori quod alit, assimilatur. Citius autem assimilantur sicca siccis, & humida humidis. Quibus uero æquale temperamentum est, ijs quanto iucundius fuerit quod comedunt, tanto utique fit magis nutriens. At qui inæqualem temperiem sunt sortiti, ita ut his aliud iocinoris temperamentũ sit, aliud uētris, aut alicuius eorum quæ circa iecur sunt: ijs diuersum est quod assumptu iucundum est, ab eo quod cuiq; particulæ est idoneum. Quoniam au- C tem ostensum est duplex esse quod singulis conueniens est, aliud quod secundum simplices qualitates, aliud quod secundũ totam substantiam: quod simplicibus qualitatibus maxime aptũ est, id quale nam sit, superius paulo est cōprehensum: idq; seu mutare intemperiem per ocium uelis, seu cedere cogaris propter negocia. Quod ex tota substantia idoneũ maxime est, sola experiētia discernitur. Ac maximã quidem uim habet ad ea quæ edũtur bibunturq;, non in uentre modo, sed etiã toto corpore conficienda, totius substantię conuenientia: cuius ratione nutrimenta animalib. & uaria, & speciebus multũ inter se diuersa habentur: cum nulla similitudo sit eius quod ex palea & herbis accedit, ei quod ex ossibus & carnibus. nulla societas D eius quod ex pane est, cũ eo quod ex cicuta & ueratro. nam & hæc animantium quibusdam nutrimenta sunt. Fiunt autē & qualitatibus conuenientiæ: utiq; si seruare temperamentũ studes, humidis naturis humectante cibo maxime quadrante: siccis uero, eo qui siccet. sin alterare placet, contrarijs. In eo aũt qui est in calido frigidóue ad intemperantiã lapsu, cōtraria dare semper expedit: cum & efficacissimæ eiusmodi intemperies sint: & (ut ita dicam) magis quàm quæ ex siccitate & humiditate cōsistunt, potentes: quippe cum facile similibus nutrimentis in morbosam intemperantiam abeant. At si siccius quoduis membrũ efficias, nihil manifeste lædes. pari modo nec si humidiori

suam humiditatē serues. Euidenti uero argumento tibi & ætates sint. Quæ enim à prima genitura adolescentiam usq; habentur, humidissima ijs caro est: senili ætati impēse sicca. Meminisse uero in huiusmodi sermone oportet, eorum quæ in opere de temperamentis sunt scripta, scilicet ne quis existimet qui superuacuis excrementis onerant, hos humido temperamento esse. quæ res eos qui senectutem frigidã & humidã putarunt, falsos habuit. Non enim ipsæ particulæ senum humidiore temperamēto sunt, sed ipsæ capacitates quæ inter corpora patent, tum senum, tum eorum qui humidis morbis laborant, superuacua humiditate implentur. Porrò cuiusmodi siccus morbus sit, certa sciētia cognoscet, qui librũ quem de marasmo inscripsimus, diligenter relegerit non semel bisue, nec transcurrens, sed singulis insistens atque intentus. Sanè qui hæc cōmode leget, hũc exercitari prius cōuenit in secundo de temperamētis libro, in quo demonstratum est senis temperamentum siccum esse. Verum quod in præsentia nobis propositum est calidius iusto corpus, si quidem in prima constitutione mediũ humiditatis siccitatisq; habitum habuerit, omino id in incremēti statu (quã ἀκμὴν uocant) siccum efficitur, idq; tum magis, tum celerius, si etiam natura siccius erat. Sed & senescet idem citius, quanto utiq; ad summum incrementum peruenit citius. Nam cum omnes in remissione ætatis siccescimus: ratio est ut qui natura sit siccior, in senilis intemperantiæ siccitatem citius perueniat. Hi ergo in præcipui uigoris ætate potissimum humidam uictus rationem postulant: cuius formulam proxime descripsimus. perficitur enim humectantibus cibis ac balneis, tum exercitationum & quæ præceleres & quæ multæ sunt, abstinentia. Hi adeo æstatis tempore & citius lauant, & à cibo iterũ. prodest his & frigidæ potio. At uenus siccis temperamentis est inimicissima. Vitandæ q; maxime his sunt exustiones, & lassitudines, & solicitudines, & uigiliæ, & motus omnis celer. Iracundia uero cum biliosas naturas maxime accendat, acutas febres parit. Itaq; quæ uictus ratio ijs laudat qui status incremēti tempore temperie sunt calida, humiditatē tamen ab ortu mediocrem habebãt: hæc ijs qui natura calidi sunt & sicci, magis cōuenit. Nec dubiũ est quin modus quoq; excessus superantis elementi in primis considerandus sit. Siquidē eatenus intendere, remittere, aut augere uictus speciē oportet, quatenus supra naturalem habitum aucta diminutáue sunt temperamenti elementa. Quapropter si eorum qui natura humidiores calidioresq; sunt, mutare tēperamentum ad frigidiorē sicciorem q; speciē libet: contrariam his uictus rationē exhibeas oportet. sin id custodire placet, similem. Sanè eiusmodi naturæ in puerili ætate fluxionũ & redundãtiæ morbis maxime tentant, itemq; putredinis. quo magis & pluribus exercitationibus & exacta uentris cōcoctione indigent. Quicquid enim in hoc corrumpitur, id toti corpori morborum putredinis occasio fit.

Itaq;

Itaq; & ante cibum bis terq; hi si lauent, ac calidis sponte ortis utantur: maximum inde commodum sentiunt. Quippe huc dirigitur in his cõsilium, ut ipsas animalis particulas seruemus humidas. Quę res omnis temperamenti communis est: si modo contraria ratio omnium animantium corpora citius ad senectutem perducit, ipsaq; sit cuius culpa omne genitum corpus mortale sit. Quippe si fieri posset ut temperamentũ corporis humidum perpetuo seruaretur, uerus sophistæ cuius inter initia operis memini, sermo esset, qui sibi auscultantem promisit immortalem fore. Quoniam naturæ progressum qui est ad siccitatem, effugere corpori nõ licet, ut ante docuimus: iccirco senescere nobis corrumpiq; necesse est. Erit tamen id maxime diuturnum, quicquid erit minime siccatum. Verum cum humida uictus ratio excremẽta & succorum abundãtiam pariat, difficile est ita mediocritatem seruare, ut neq; morbi incidant, neq; senectus maturetur. Quod tamen ad ipsius temperamẽti rationem attinet: qui maxime sunt humidi, ij maxime sunt longæui. Iidem & sanitate, ubi corpus ad robur peruenit, plus cæteris fruuntur: & cæteris qui parem ętatem agunt, ualentiores ad extremũ usq; senium sunt. Ideoq; ferme tum medicis omnibus, tum philosophis qui corporis elementa diligenter inuestigarunt, temperamentũ id laudatum est. Immo etiam unum id proinde secundum naturam se habere quibusdam est uisum. Nam quanquam in principio sit deterius, tempore tamẽ reliquis præstantius euadit. Quo magis qui tuendæ huius corporis sanitati præficitur: ijs quæ ab ipso defluunt, prospicere debebit tũ exercitatione (ut dixi) tum balneis ante cibum pluribus, tum uero ijs quę per uentrem et urinas reddunt, excernendis. Nec prohibet præterea quicquã, quin & apophlegmatismis & purgationibus aliquãdo utatur: anteq; omnia cibis boni succi, ac uini potione quod urinas promoueat. Et de calidis quidem temperamentis abunde dictum est: de frigidis deinceps agẽdum. Sunt porrò & horũ tres summæ differentiæ. Nam aut modice se habent in altero contrariorum pari, ita ut nec humidi sint, nec sicci: aut alterum in his redundat, utiq; uel siccum, uel humidum. pessima tamen meritò sicca temperatura est. quippe quod temporis spatio senescẽtibus accidit, id his statim ab initio contingit. Ergo istos humectare calfacereq; oportebit. Id fiet exercitatione modica, et nutrimento humectante ac calido: præterea uini calidi potione, & somno liberaliore: illud interim prouidentibus nobis, ut excrementa omnia quæ uel ex cibis uel potione proueniũt, quotidie expellantur. De ueneris usu dictum suprà est, eam omibus qui sicco temperamento sunt: inimicam esse. Nũc uero etiam ex hoc numero potissimũ aduersa est ijs qui supra siccitatẽ frigidi quoq; sunt. Nã innoxia uenus ijs tantũ est q calidi humidiq; sunt: tum uero qui genitura naturaliter abundãt. de quibus inter inæqualia temperamenta mox dicetur. Malum uero & illud frigidũ temperamentũ est, quod

A cum humiditate coniungitur: maximeq; id fluxionum morbis est obiectũ. Succurritur huic & balnei abstinentia, & exercitio, et tenuiore uictu, & unctionibus quæ modice calfaciant: quarũ forma narrata prius est, ubi de lassitudine egimus. At qui frigidi natura sunt, cęterũ in sicci humidiq; temperatura modice se habent: minus ij uel ad sanitatẽ, uel ad corporis robur sunt inepti, quàm qui in illis sunt intemperati. horum igitur excitare firmareq; calorem expediet. In humiditatis uero siccitatisq; specie, tota uictus ratio media est exhibenda. Atq; hæc mihi omnia de ijs dicta sunt, quos æqualis intemperies premit, hoc est quibus omnes corporis partes ad calidius, uel frigidius, humidius,

B uel siccius similiter sunt inclinatæ. De ijs uero qui inæqualem corporis constitutionẽ habent, nõ potest paucis dissseri, propterea quòd numerosæ horum uarietates sunt: cum alijs alia particula male temperata sit. Sed & si duas tantũ quis intemperatas habeat, harũ quoq; uarietates non paucę sunt. Proindeq; cum prius docuero quænã ijs exhibenda sint, quibus inculpatus quidem est corporis status, uiuunt aũt uitam seruilem, siue negociosam, siue quouis modo aliter appellare placet: ab ijs uero, quænam ijs qui æqualem intemperantiam habent in simili uiuendi genere: transibimus dehinc ad eos qui inæqualẽ in corporis partibus statum habent. Ergo salubris & inculpatus corporis status, in latitudine (ut sæpe dictum est) intelligi de-

C bet: sicuti etiam ipsa sanitas. Nam neq; sanus esse quisquam nostrũ uideri potest, ea saltem quæ omnino inoffensa inculpataq; sit, sanitate: neq; inculpabili esse corporis statu. At sanos esse dicunt, qui nec parte aliqua corporis dolẽt, & ad uitæ munia haudquaquã sunt impediti. pari modo et corporis statu illęso esse, cum nec ab externis occasionibus facile in morbos incidũt, nec ab internis. Illorum nimirum pro re certa prius definito, assidue ægrotare aliquos non ob propriũ corporis statum, sed propter uitiosam uictus rationem: dum aut in desidia uitam exigunt, aut nimiũ laborãt, aut in ciborum qualitate quãtitateùe aut tempore peccant, aut exercitium aliquod noxium exercent, aut in somni modo, aut ueneris immodico usu falluntur, aut e-

D tiam ægritudine animi, curisq; parum necessarijs se macerant. Quippe nõ paucos nouimus eiusmodi de causis quotãnis ægrotare: quos tamen nõ dixeris uitioso corporis esse statu: sicut eos qui cum nullo horũ quæ recensui, deliquerunt, tamen perpetuo ægrotant. Ergo primũ propositus sermoni is esto, qui corporis statum in latitudine inculpatum habet. quiq; alteri uiuens, toto die ministrat, aut maximo magistratui, aut monarchę: cæterum ad extremũ diei liber à domino discedit. Quo loco rursus definiendũ nobis est, quem finem diei dicimus: quãdo alias lectori sermo noster imponat, nisi certa limitatione sequẽt. Si enim dixero dissolui tum primũ hominẽ ad corporis sui curã, cum sol occidit, nec adiecero quo die id uelim, circà ne solstitiũ, an brumã, an circa ęquinoctia, an alio quopiam

quopiam tempore quod dictis interuenit: nō possunt cōmoda præcepta tradi. Romæ em̄ maximi dies ac noctes, paulo maiores quindecim æquinoctialibus horis sunt. contra minimi, paulo intra nouē. In magna uero Alexandria maximus dies quatuordecim horarū est, minimus decem. Ergo qui in breuissimis diebus, & longissimis noctibus à ministerio occidente sole redit, huic fricari per ociū & lauari, & modice dormire licet. Porrò nemo est cui nec in maximis, nec etiam his, licet aliquid mediocriter agere. Nec ipse profecto quēquam noui tam infelici uitæ sorte. Antoninus enim, qui imperatorum quos ipsi uidimus, promptissimus ad curam corporis uenit, breuissimis diebus sole occidēte in palæstram ingreditur: longissimis aūt hora nona, aut ad summum decima. Quare licet ijs qui illi in diurnis officijs adsistunt, ubi discessere, reliquo diei tempore corporis curam agere: ita ut sole occidente ad somnum se conuertant. Nam cum minima nox nouem horas æquinoctiales æquet, abunde his fuerit si id totum tempus in somno sumpserint. Ergo uidendum est assuetúsne per anteactam uitam exercitationi talis minister fuerit, an citra exercitationem lauari. Nam sunt qui ne frictionē quidem sibi adhibeant, sed protinus perfusi oleo balneum ingrediantur, aut etiam strigili tantum arrepto, quo sudorem in ipso balneo destringant. Ac nonnulli quidem hanc consuetudinem modice ferunt, ita ut aliqui eorum nec assidue ægrotēt, [nec longo tempore,] utiq; quibus libera corporis transpiratio est: εὐδιαπνεύστους Græci uocāt. eosdem aliqui tum medicorum, tum gymnastarum, ἀραιοσυγκρίτους Græce appellant. Quin dictum & ab Hippocrate est huic generi hominum sanitatē magis constare. Ait enim: Laxitas corporis ad trāspiratum, quibus plura per cutim feruntur, salubrius. quibus pauciora, minus salubre. Hanc corporis naturam ad aliam consuetudinē transferre non oportet, sed nec ullam omnino aliam naturam nisi quę longo iam tempore ægrotat. Quòd si qua assidue ægrotet, disquirere in ea causam conueniet. Ea inuenietur, si initium inquisitionis ab ægritudinis specie cœperimus. Quicquid enim eorum quę in ipso sunt, corpus affligit, duplici id occasione oritur, aut redundantia, aut succi uitio. Ac si quidē redundatiæ uitijs ægrotare uidebitur, huc uniuersa tendet uictus eius ratio, ut succos ad conuenientem modum reuocet. sin ex succorum uitio, ut pares eos faciat. Prius aūt specialiter dicet quēadmodum prospiciendum mediocritati sit, quę in quantitate spectatur. post quemadmodum æqualitati, quæ in qualitate consistit. Itaq; iam de priore agamus, ducto tandem ad principium sermone. Vbi quod ex corpore exhalat, minus ex ijs quæ accepit, redundantiæ oriri morbi solent. Ergo prospiciendum est ut eorum quę eduntur ac bibuntur, respectu eorum quæ expelluntur, conueniens mediocritas seruetur. Sanè is modus seruabitur, si ponderabitur à nobis in utrisq; quantitas. Qui em̄ balneum statim ingrediuntur, ijs postea frictione

A uti, atq; etiam prius paulum dimoueri: qui uerò hæc prius obierint, paululum etiam hæc ipsa inaugere suadebimus: detrahere uero de nutrimēti uel quantitate, uel qualitate, uel etiam utraq;. Qui em̄ celeriter notabilem abundantiam aceruant, ijs de utraq;: qui non celeriter aut non notabilem, ijs de altera demptum esse sat fuerit, utra uidelicet homo ipse potius uoluerit. Ac quemadmodum de quantitate dematur, notum est. De qualitate demitur, cum exigui nutrimenti cibus apponitur. Si quidem non pauci suilla nutriti, celerrime copiam aceruant: cum alias requirat id nutrimentum tum frictiones, tum exercitationes planè uehementes. His igitur olera & legumina, quæ non multū corpori adijciāt, præterea pisces & aues quę multum
B item non nutriant, exhibenda sunt. Qui uero uitiosos congerunt succos, ij non perinde ut qui redūdantiam cogunt, uni tantum rei sunt intenti: quandoquidem nec unica est uitiosi succi species. Alij enim magis frigidum pituitosumq; eiusmodi succum congerunt, alij magis calidum ac biliosum, nonnulli magis aquosum, alij rursus magis melancholicum, id est qui magis atræ sit bilis. Horū ergo cuiq; abstinendum ab ijs cibis potionibusq; est qui eum quē colligunt succū facile gignant. Porrò dictum abunde de his est in tribus libris qui de ciborum uiribus sunt inscripti: item in alio quem de ijs qui bonum malumúe succum gignunt, inscripsimus. Est & præter hos alius de ijs qui extenuant cibis: utilis profecto ijs qui crudum conge-
C runt succum, qui crassus quidem omnino est, non tamen perpetuo glutinosus. Sanè omnibus his cōmune auxilium est alui deiectio: potissimum uero quibus est naturaliter adstrictior. Communis porrò est & ueneris conueniens mediocritas. Quibus enim inculpata corporis constitutio est, non debent ij (ueluti siccis supra præceptum est) à uenere omnino abstinere. Illud tamen cōsiderationem desiderat, semel'ne die, an bis sit ijs qui eiusmodi uitam agunt, comedisse, ex usu. Eius considerationis caput est & corporis ipsorum natura, & ab hac in uictus ratione consuetudo, & tertio ab his, si mutare uictus rationē uidebitur, quo pacto eius mutationem homo feret. Atq; ab ipsa quidem natura, eius quod conducet significatio datur. Et eo-
D rum quidem quibus biliosus uenter est (sicuti dictum nobis in quarto iam est, & nūc nihilominus dicetur) primi semper ciborum ac potionum sint qui aluum deijciant. Ex uinis quidem dulcia, & quæ mollire uentrem possunt. Non enim omnia eius sunt generis. Ex cibis, olera cum oleo & garo. Vitanda uero ex uinis sunt austera: ex cibis, qui adstringunt: nisi si firmandi oris uentris causa post totam comestionem exhibeantur. Id autem experientia quoq; discernēdum est. Sunt enim quibus adstringentium usus adeo aluum non comprimit, ut etiam ad deijciendam cōducat, propterea quòd os uentris roborat. Quod euidentissime in ijs qui imbecillius id obtinent, cernitur. Quicunq; uero palæstræ exercitijs ante balneum sunt usi prius q̄ districtæ

districtæ negocijs uitæ se addicerent: ijs ut ab ipsis abstinuisse est incommodissimum, ita ut similiter utantur, præter incommodũ, etiam fieri omnino nequit. Ergo exercitatione quæ apotherapia dicitur (de qua supra egimus) istis utendum censeo: & simul de suillę carnis modo nonnihil demendum. Quoniam uero (ut ante dixi) sunt quibus ante balneum esitasse aliquid est melius: dicendum deinceps est tum de hora qua facere id debent, tũ quantitate eorum quæ sument, ac qualitate. Ergo quod ipse facere insueui diebus ijs quibus propter uel infirmos uisitandos, uel ciuilia negocia, putaui me serius ad balneum accessurum: id dicere non grauabor. Ponatur dies quo id fit, tredecim horas æquinoctiales longus: in decimam uero corporis curandi spem esse. Hoc casu uisũ mihi est circa quartam horam simplicissimum sumendum esse nutrimentum: qui utiq; solus est panis. Atq; ipse quidẽ ita feci. Quibusdam uero pane solo uesci sine obsonio non placet, sed eum cum palmulis, oliuis, melle, aut sale, sumunt. sunt etiam qui post eum bibũt. Ego uero nec à tali cibo unquam bibo, & solum panem comedo. Sit autem cuiusq; eorum modus, is qui decima hora concoctus esse possit. quippe si exercitari cupiant, eo maxime pacto citra noxam se exercitent. siquidem non leue incommodum nonnullis accidit, cum repleti cibo se exercitant. nonnullis enim & caput impletur uaporibus, & in iocinore aut ponderis sensus, aut distentionis, aut utriusq;, percipitur. Ergo cum tale quippiam incidit, succurrẽdum ei quàm primum est. si iecur obstructum sit, ijs quæ in uijs eius hærentia impeditaq; expediant. si caput repletum est, ambulationibus, sed potissimum ante cibum. nihil tamen uetat quin & post cibum. Cæterum has quàm maxime lentas esse expedit. Illas quæ ante cibum sunt, magis his quidem citas, non tamen quales festinabundi usurpamus opere aliquo urgente. Quæ uero iocinoris meatus obstructos expediunt, eadem tarditati concoctionis conducunt. horum optima sunt oxymeli, & dia trion pipereõ, in quo nullum immistum sit medicamentum nõ familiare. ad hæc tenuatorius uictus. Hæc enim tarditatem concoctionis corrigunt, & obstructiones iocinoris liberant. Vbi uero corruptio ciborum in uentre accidit: quibus id quod corrumpitur, in aluum descendit, ijs maximum id cõpendium ad sanitatem est. quibus uero non descendit, ij prouocandi ijs sunt quæ leuiter deijciunt: cuiusmodi sunt diospoliticon, utiq; cum pari cum reliquis pondere nitrum immistum habet, & quod ex ficis & cnico componitur, aliaq; quæ ex cnico uel epithymo conficiũtur. Porrò ijs qui ita sunt affecti, etiam uomitus ante cibum conducit: uomitus autem uini dulcis potione prouocatus. Consulendum uero his est nequod fumidum, aut male olens, aut deniq; facile corruptibile nutrimentum accipiant: sed quæ boni succi sint, (medici euchyma uocant) potius eligant. Scriptum uero de his alibi est in ijs quæ de boni maliq; succi cibis prodidimus: præterea in il-

A lis tribus quos de ciborum facultatibus inscripsimus. Percommodum uero ijs qui ita se habent hominibus est & si ex conueniente interuallo aluum subducant per ea quæ modice purgent, cuiusmodi est quam medici dialoes picran græce uocant. Si uero longo tempore uitiosum succum augeri sinas, grauis quispiam morbus ipsis incidet. Sanè possunt eiusmodi sibi curam impendere ijs diebus quibus publicum aliquod festum celebratur, quo nimirum liberi à seruili ministerio sunt. Verũ multi per intemperantiam adeo nihil agunt quo quod uitiosum in corpore collectum est corrigant, ut etiam magis ipsum accumulent, dum uitioso uictu in ipsis festis utuntur. Quo fit ut alijs eorum diutini morbi incidant, à quibus tota uita explicare se B nequeunt, (cuius generis mala sunt & podagra, & articularis morbus, & calculus): alijs acuti, sed qui uel singulis annis infestent, uel certe alternis omnino. Aliqui uero etiam bis ita in uno anno laborant. Ars uero quæ sanitati tuendæ pręsidet, ijs qui sibi paruerint, constaturam sanitatem promittit. Qui uero parere recusant, ijs perinde est ac si omnino non esset. Recusant autem alij, ab ipsa in præsens uoluptate uicti, quos incontinentes intẽperantesq; nominant: alij ambitione, quam græci hodie κενοδοξίαν, id est, uanam gloriam uocãt. quorum is erat qui quiduis potius sustinuisset, quàm picem sibi toto corpore continenter illini, suadentibus id medicis pro gracilitatis remedio. hæc enĩ nonnullis propter totius corporis in sicci frigidiq; C excessu intemperiem oritur, nonnullis uero propter digerentis in corpus, uel nutrientis, uel etiam ambarum facultatum naturalem imbecillitatem. Porrò omnibus qui ita sunt affecti, auxiliatur unguenti genus quod à gręcis hodie dropax dicitur, utpote quod & distribuendo in corpus alimento, & nutritioni cõducit. Et sanè multos ex ijs qui prius graciles fuere, uidere licet hoc remedio obesos redditos, potissimum quibus digerendi facultas infirma erat, nutriendi uero firma, sed quæ per aptæ materiæ penuriã affatim nutrire non potuit. quod ei nimirum ex deducendi in corpus alimenti defectu, incommodum accedit. Verum aliqui per ambitionem (ut dixi) ne sicut delicati, aut qui formæ plus satis indulgent, pice ungi uideantur, refu- D giunt eiusmodi auxilium, atq; aliud quippiam sibi à nobis excogitari gracilitatis remedium iubẽt: cum tamen nullũ sit quod huic possit æquari. prodesse tamen possunt etiam hæc, si ante balneũ manu nec adeo molli, nec rursus aspera corpus perfrices quoad ruborem contrahat: deinde dura frictione non multa cutem cogens, densam eam duraq; efficias: ab his, si mediocri exercitatione usum, ac lotum, citra tamen longam in solio moram hominem abstergeas ad iam dictæ frictionis siccæ formam: mox ungas oleo exiguo, ac cibum offeras. Quippe studium in his est, ubi bonum sanguinẽ in corporis molem attraxeris, ut tum nutricẽ uim firmes: tum ne quod attractum est exhalet, prospicias. Ac firmatur quidem nutriendi uis excitato in carni-

carni-

carnibus calore. Non exhalabit autem qui attra- A ctus in has sanguis est, si oleo unxeris: utpote qd emplastici medicamenti uim habet. Quòd si ætas non reclamet, etiam si frigida lauatione unà cum prædictis utetur, magno fruetur commodo. Contra uero in iis qui immodice sunt obesi, minuenda digestio est: augẽda uero corporis exhalatio. Porrò minuetur digestio assidua uentris deiectione: nempe assuefacientibus nobis nutrimenti instrumenta, quæcunq; continent, ea statim pessum impellere. Corporis autẽ exhalatio inaugebitur celeri exercitatione, cuius generis cursus est: præterea unguentis iis quæ euaporandi uim habẽt, fricando quàm plurimum. Sanè frictionem mollem esse conueniet, ac quæ laxum corpus efficiat. Ipse nanq; præpinguem quendam paruo tempore ad B mediocritatem carnis reduxi: celeri primum cursu uti cogẽs: dein sudorem linteo uel molli admodum uel admodum aspero detergens: ab iis unguentis euaporantibus, quæ hodie acopa medici iuniores uocare solẽt, largissime perfricui: ac post eiusmodi frictionem ad balneum perduxi: à quo non protinus cibum dedi, sed quiescere interim iussum, aut etiam consuetum aliquod munus obire, rursus ad balneum secundo egi: postea ciborũ multitudinem qui parum nutrirent, apposui, eo consilio, ut saturarent illi quidem, cæterum exiguum nutrimenti in totum corpus summiterẽt. Sed & alias quæ totum occupant corpus intemperies simili ratione corrigere conueniet: primum eorum quæ agi oportebit, inuento scopo: mox mate- C riis quæ ea præstare queant. Nam nunc compendio sermo omnis semel peragatur ad eos qui tum frictionum, tum exercitationum, tum balneorum rationes memoria tenent, itemq; ciborum, & medicamentorum. Ac de frictionibus exercitationibusq; in hoc opere supra est dictum: de cibis uero alibi, atq; etiam de medicamentis. Quippe doctrina quę methodo, id est uia rationeq;, traditur, cum communia generaliáque complectitur, ad multa particularium tum facile recordabilis, tum uero compendiaria efficitur. Ego uero cum non tantum uniuersalia ponam, sed etiam particulariũ exempla his apponam, absolutissimam me arbitror tradere doctrinam. Iam ad inæquales corporum status accingi tempestiuum uidetur. Ea porrò eti- D am ualetudinaria omnino sũt. Sanè inęquales status trifariam fiunt, prout compositio corporis nostri triplex est. Vna ex primis elemẽtis, ex quibus constant ea quæ Aristoteles ὁμοιομερῆ, id est similares partes nominat. Secunda ex his ipsis similaribus: quæ ipsa quoq; rursus sensibilia dissimilarium partium elementa sunt: ex quibus instrumentalium compositio consistit. Tertia ab his totius corporis compositio ex ipsis instrumẽtalibus est: ac facillima quidem tum ad discernendum, tum uero ad curandum tertia est, difficilior secunda, maxime lubrica prima est. Commodius ergo à tertia incipitur, quæ faciliorem se & ad cognoscendũ præbet, & ad custodiam, ut statim in capite (neq;

enim alienum est ab eo cœpisse) quòd intemperatæ naturæ sit, adeo ut multa excremẽta gignat, uñ de lædi subiecta membra contingat, in quodcũq; excrementa procubuerint. Ac promptissime quidem in os & nares impetum excrementa faciunt: decidunt uero & in oculos, nõnullis etiam in aures. Sed excrementi os decursum tum gula excipit, tum aspera arteria: appellant hanc Græci & βρόγχον. cuius summa pars què ori coniungitur, (λάρυγξ autem Græce dicitur) instrumentum est uocis: ut in libro de uoce est indicatum. Ergo is larynx ab iis quæ capite decidunt madefactus, principio quidem raucam uocem facit, procedente uero tempore paruam. Si uero longius etiam procedit malum, totam adimit. Quippe cum larynge arteria quoq; ipsa unà humectatur. Quòd si acris fluxio sit: non solum ad uocem ineptæ prædictæ partes fiunt, sed etiam grauissima quædam erosio his accedit: quæ talis est naturæ, qualis sunt quas subinde in cute citra externam causam læsa factas uidemus. Ita uero & pulmo his exulcerat̃, & morbus tabes dicitur, Græce φθόη. At si in gulam & uentrem fluxio feratur: quæ quidem frigida est, in frigidam intemperiem corpora mutat. quę calida, in calidam. hæc uero etiam exulcerat spatio. Inter initia uero appetentiam & concoctionem labefactat. At frigida quidem fluxio tarditatem concoctiõis, & cruditatem, & acidos ructus creat. quòd si etiam corrupta sit, alimentum quoq; in corruptelam uertit, quæ uel fumidos, uel acidos, uel alterius cuiusquam dicibilis indicibilisúe qualitatis ructus emittat. Si uero inferius se noxa recipiat: & ieiunum, & crassius intestinum, quod colon uocant, affligit. Quinetiam uasa quæ sunt in mesenterio, & per quæ fit in iecur cibi digestio, tangit. Ac nonnullos quidem desiderium appetitus excipit, alios appetentiæ à natura alienę, quas caninas appellant, aut etiam uitiosi cibi cupiditas, qualis grauidis quas κιττώσας Græce uocant, accidit. Sanè non latet uuam quoque, et paristhmia, & parulides, & antiades, & dentium erosiones, & ulcera & putredines in ore, saniem hanc quę à capite in ipsa decidit, consequi. Ac pleraque medicorum pars aut columnellam incidunt, aut medicamenta quibus expui faciant quod in pulmonẽ per asperam arteriam defluxit, exhibent. Alii uentri prospiciunt. Alii dentibus & ori, aut etiam iis quæ in naribus constitere, prouident: ut de oculis auribusq; taceam, qui ipsi quoque in non paucis læduntur: cum satius (arbitror) esset ipsum mali ceu fontem tollere, caput ipsum firmando: aut si hoc præ magnitudine naturalis intemperantię nõ liceret, saltem illi prospicere: ab ipsa scilicet uitii specie, prouidentiæ significatione semper accepta. Nec committere ut, quod nõnulli medicorum faciunt, qui omni capiti medicamentum quod ex thapsia & sinapi cõponitur, applicant, id ipsi quoque facerent: quando si ex calida intemperie caput male habet, talia medicamenta noceant. Expedit igitur hos frequenti balneo potabilis aquæ

fouere: quo & calidos uapores qui in capite sunt, euocemus, & totum capitis temperamentum melius reddamus. Calidarum autem quæ sponte nascuntur, noxius his usus est. siquidem quæ ex his sulfurosæ, bituminosæue sunt, eæ propterea quòd calfaciunt, inimicissimæ calido naturaliter capiti sunt. aluminosæ uero, quoniam angustos habitus meatus claudunt. Solis autem ijs sponte natis citra noxam utantur, si tamen ipsis utendum, quæ utiq; dulces sunt. sic enim tutò dixeris. nam quòd utile etiam aliquid ex ipsis proueniat, id uero non perinde tutò dixeris: quando nec calidæ fortasse forent si omnis calfacientis medicamentosæ uirtutis essent expertes. Satius autē sit eiusmodi aquas experientia discernere: quando etiam raræ inuentu sunt: apud nos stadijs ab urbe paulo plus centum: in Prusa minus decem. Ergo quæ apud nos est in Allianis, (ita enim locum appellant) unius tota rationis est, atq; ex uno fonte manans. quę uero in Prusa est, [diuersæ.] Item diuersus medicamentosæ aquæ fons, æque ut apud nos, in Licetis. Quibus uero caput uehementer calidum æstuásque est, ijs præstat æstatis tempore rosaceo perungi: quod ex rosis tantum ac sine frondibus sit confectum. Atq; in hoc ipso genere illud præstantius est, quod ex crudo oleo (quod omphacinum & omotribes Græce uocant) iniectis rosis componit'. Quod lōge etiam melius est si salis omnino sit expers. Sunt capita quæ propter arteriarum temperamentum in uertigines (quæ Græce scotomata uocant) & capitis dolores incidunt: in quibus etiam arterias incidere solemus. Sed hoc genus propositæ artis limites egreditur. Quæ tamen ex nimis acuto neruorum sensu assidue dolēt, qui à capite orti plurima sui parte, os uentris texunt, pars etiam ad reliquum uentrem descendit: his sanè mederi propositæ iam artis officium est. potius tamen consilium est, id agere quo minus hæc ullo modo incidant, cauendo ne aut biliosus humor in uentrem prorsus confluat, aut quàm celerrime inde expellatur. Atq; ut ne prorsus quidē confluat, consulueris, si citius cibum exhibeas. Vbi enim totius corporis biliosius temperamentum est, uenter imbecillus: utiq; cibo qui uentrem roboret (eustomachum Græce uocant) firmari postulat. Vbi ēm ita non prospicitur, defluunt in eum quas corpus aceruat, superuacuæ sanies, quos Græci ichores uocant. Ex quarum uapore non solum capitis dolores nonnullis oboriuntur, sed etiam suffusorum, quos hypocheomenos uocant, symptomata. aliquibus uero & comitialis conuulsio. Horum itaq; omnium uniuersa uictus ratio ad frigidius potius humidiusq; mutanda est. Quod autem in uentrē confluit, id uomitione ac uentris solutione expellendum est. Stomachus uero cibis quidem quotidie prius quàm bilem contrahat, firmandus. purgetur uero medicamentis ex maiore interuallo, absinthij coma, & compositione ex aloe, quam picran uocant. quippe hæc quod altius in tunicas biliosi uentris se recepit, expurgat: absinthio parum

A id prestare ualente. Est enim absinthio uis tantum detergendi, adstringendiq;: ac talis quæ (ut sic dicam) sordes tunicarum uentris detergeat, non siquid altius in eo imbibitum est, foras extrahat atque expellat, sicut aloe. Quæ autem post hanc uētri extrinsecus admouentur unctiones, eæ modice adstringentes sunto: ut melinum, mastichinum, & nardinum, & alia id genus. Ac æstate quidem potius melinum, hyeme nardinum, uere mastichinū. Nam id medium est inter melinum & unguentū nardinum. hoc enim calfacit, potissimum cum amomum liberalius immistum habet. illud refrigerat. Est autem opulentis mulieribus & quod præstantius nardino unguentum sit: nempe foliatum: præterea quæ spicata uocant: quæ uentrem & ro-
B borare possunt, & calfacere. Si uero non modo caput calidam saniem uentris partibus transmittit, sed etiam uenter ipse calidam intemperiem habeat, utique qui frigefaciant tum cibo tum potione semper uti conueniet: atq; eam qualitatem in his pro temporum anni ratione intendere uarie, ac remittere: nusquam tamen ad contrariam peruenire. id quod in ijs qui medij temperamenti erant, fecimus, hyeme calfacientes, æstate refrigerantes. Ad eundem modum si utraq; pars frigida intemperie sit affecta, semper calfacientibus tum cibis, tū potione, tum unctione utendum est: uarie tamen ea pro temporum ratione intendenda remittendaq; sunt. Porrò difficilis connexio est quoties uel in calidum uentrem frigida & pituitosa sanies defluit,
C uel in frigidum calida. Atq; harum duarum alteram semper expertus sum magis ad curandum rebellem, nempe in qua frigidi pituitosiq; succi in calidum decidunt uentrem. Pessimus uero is status est, cum homo ea compositiōe naturaq; est, ut nec uentrem facile solubilem habeat, nec uomere ex facili possit. Corrumpuntur enim pituitosi humores, si diu sint in uentre morati: adeo ut & ipsum erodant, & simul uitiosos interim halitus ad caput summittant. Nam si pituitosus succus à capite in frigidum natura uentrem decurrat, facile his succurritur, si mane aliquid simplicis medicamenti sumpserint quod dia trion pipereon dicitur. Sed & piper solum ad exactum contritum leuorem aquæ mistum bibere his licet. Ad quem usum meli
D us stomachoq; aptius album piper est. Porrò absinthij potio his est aduersissima, ut quæ pituitosum succum ipsorū uentri affigat, cum detergendi uim non habeat, quæ adeo sit æstimanda. Sed nec aloe ualde his conducit: cum ei biliosi trahendi humoris facultas sit: eoq; excogitata salubriter est compositio quam picran uocant: quę acrimonia caloreq; eorum quæ in se habet, crassos & lentos succos dissecat ac deterget: cuius generis cinnamomum est. Verum assidue uti hoc medicamēto non licet, sicut dia trion pipereon, aut dia calaminthes: quibus etiam si quotidie utatur quem frigidus uēter infestat, nihil incommodi ex his sentiet. In totū ergo ad aloes drachmas centum, reliquorum cuiusq; conijciuntur drachmæ sex, quæ ipsa quoque

sex sunt

sex sunt. Atq; hæc est picra quam Romæ omnes præparant. Ego uero etiam alias duas compono: atq; in altera, eorum quæ calfaciunt, plus: in altera minus conijcio. At plus quidẽ reliquorum immiscebimus, si de aloes solius pondere detrahemus, sic uti illius drachmas octoginta, reliquorum cuiusq; addamus sex. Minus uero, cum aloes modũ augebimus, uiginti drachmis adiectis: sic ut centumuiginti eius drachmis cæterorum cuiusq; adijciamus sex. Minime uero latet & quod in penuria cinnamomi ponẽdum pro eo sit optimæ casiæ duplum: quam aliàs ea esse uirtute nonnulli putant, ut nihil ab inualido cinnamomo absit. Nam à generoso etiam talis casia longe superatur. Verũ sicut in boni panis inopia, uel uilissimo uescimur: sic in cinnamomi penuria, exquisitissima utemur casia. Ac in quibus quidem uẽter aut frigidus est, aut etiam temperatus, cæterum ad frigus propensior: ijs aptum medicamentum est quod diospoliticon uocant. Quod ipsum quoq; dupliciter confici assueuit. ijs qui aluo sunt adstricta, nitro q̃d Bernicarium uocant, cum cumino, ruta, & pipere, pari põdere admisto. pro ijs qui soluta sunt, dimidio. Conuenit nanq; ab hoc medicamẽto & pituitam extenuari, & spiritum flatulẽtum expelli. Grauis autem nec facile tractabilis complexio est uentris, qui intemperanter calidus sit, cum frigido capite. Quæ enim in uentrem defluit pituita, dia trion pipereon ac dia calaminthes eget, etiam cuius modo mentionem fecimus diospolitici. Os autẽ uentris ab ijs quæ calorem accendunt, offenditur. Ergo in ijs qui ita sunt affecti, id agendum, ut pituitã disseces detergeasq; ijs quæ haudquaquam calfaciunt: quod genus oxymeli esse nouimus. Iam lubrica atq; ad curationem difficilis cõnexio est ubi tales partium affectus coierint, in quibus os uentris (quem stomachum uocant) imbecillum est ac nauseosum, uenter autem ipse retinetur. Quippe quæ hunc lacessunt, stomachũ omnia subuertunt, ita ut in summo eius cibi natent, & nauseam subinde excitent. His necessario incidit ut cibum parum belle concoquant. Quòd si contra illis ea quę stomachum firmant, exhibueris: etiam in tertium quartumq; diem ipsis uenter sistitur. Huiuscemodi igitur hominibus unicam uictus rationem conuenire animaduerti: nempe ut primo loco olera cũ oleo & garo, aliaq; quæ uentrem mollire solent, sumerent: post iustum autem cibi modum, aliquid eorum quæ stomachum roborent, acciperent. Ea sunt mala & pira & punica. Quippe aliqua sũt horum generum quæ citra acorem adstringant. Ipse autem qui affligitur, omnibus seorsum usu exploratis, quod minime noxium iucundissimumq; inuenerit, eo utitor. Non multũ autem de horum singulis est sumendum: sed quantum (ut dixi) imbecillitatem stomachi reficiet. nam eiusmodi horum usum uentrem soluere, experientia comperi. Atq; in totum magis qui ita sunt affecti desident, si quid adstringens post cibum sumpserint, q̃ si eo prorsus caruerint: propterea quòd os uentris iam roboratum, & trudit deorsum quę in summo natant, & cum his unà quæ in toto superiore sunt uentre: tũ uero ipsũ ciborũ momentũ intestina quoq; exceptũ seruant, ipsa quoq; impellẽtia quę à superiorib. acceperunt. Videtur enĩ ipsa tum impellendi, tum expellendi uis, etiã si à sede ipsa aliquid sursum impulerit, ipsum motum longissime tueri: quamuis præter naturam sit eiusmodi in animalis corpore transitus. Cæterum ita se habere ut dicimus, cuiuis intelligere licet, si quod sæpe nobis accidit, ad memoriã reuocet. Nam mordax interim humor in locum aliquem sedi uicinum receptus, ad expulsionem sui nos irritat: quem tamen cohibere propter ciuilia negocia coacti, nec ab his expediti eum expellimus, & facta conuersione eius, caput inde dolere sæpenumero sentimus. Optima igitur ratione tametsi lubricantes cibi stomachum innatant, austera sumpta ubi superioribus uentris partibus robur addiderint, principium deorsũ ferendi ijs quæ in eo continentur, suppeditant. Id ferendi principium intestina tum excipere, tum ad imum usq; exitum seruare solent. Atq; cum satis de his hactenus sit dictũ, ad aliam inequalem cõpositionem transire par est. quę nulli dictarũ in malitia cedit: utiq; in qua renes calculũ gignunt, aut tophos, quos grece πώρυς, aut quomodocũq; aliter uocãt. totus uero corporis habitus gracilis est. hi nanq; medicamenta uictumq; quę extenuare possint, requirunt. At ea gracili corpori sunt inimicissima: adeo ut quidam qui propter renum uitium usus his fuerat, ubi digitos deterius moueri sentireq; sensit, & ut ipse locutus est, ueluti cauum quiddam sonantes: communicauit rem medicis, primum in Campania, ubi ipse agebat. hi, tãquam eo affectu laboraret qui paralysin, id est resolutionem neruorum minaretur, medicamentis quæ ex euphorbio & limnesi (quam etiam ἀσλάρκην uel ἀσλαρκον Græci uocant) utebantur. Vt autem affectus ei in deterius cessit, & symptomata cum uehemẽti dolore ad superiores partes semper ascenderent: mihi, qui id temporis in Campania forte eram, rem indicauit: opemq; rogauit. Ego uero eum ex ijs medicamentis quæ memorauit, siccatum, in hunc affectũ uenisse intellexi. Quærentiq; qua maxime uictus ratione siccitati suę citra renum noxam mederi quis posset, ptisanæ cremorem excogitaui, & pisces tũ saxatiles, tum qui in alto mari degunt, aliosq; in quibus nihil esset glutinosum. Simili modo & ex uolatilibus quæcunq; similem carnem habẽt. Porrò multæ ex montanis uocatis uolucribus, tali sũt temperamento. Quas nanq; in urbibus conclusas caupones qui eas uenditant, humido ac copioso nutrimento impinguant: aduersissimę his sũt. Optima uero ijs qui ita sunt affecti, caro est ut ex auibus, perdicum, proxima attagenarum, & sturnorum, & merularum, & turdorum. Quòd si montanarum auium copia non est, de ijs quæ in agro uictitant, & gregalibus columbis qui in turribus nidificant, sumere licebit. Itemq; passerculos qui similiter in turribus nidificant. pyrgitas Græci uocant

cant. Sunto autem in ædítis locis eiusmodi turres. Ita nanq; & gallinis & gallinaceis qui in corte aluntur, uti licet. Lac uero sic affectis reliquorum quidem animalium est prohibendum: unum uero asininum concedendum, propterea quòd cæteris omnibus est tenuius. Ac ut uno uerbo dicam, mediam esse conuenit inter extenuantem impinguãtemq;, uictus eorum rationem. Particularem uero quæ his cōueniat materiam, tum in ijs libris scripsimus qui sunt de ciborū uirtutibus editi, tum in eo in quo de euchymia & cacochymia præcepimus. Adeo superuacuum est hoc loco pluribus morari: cum id tantum dixisse sit satis, de toto horū corpore nutriendo curam habendam per eam quam supra comprehendi uictus rationem, ubi de eo sermonem feci qui quiduis potius sufferre uoluit, quàm pice illini. At si obesus sit quem calculus infestat, audacter huic tenuem uictum iniungito. Eadem & ijs qui articulorum uitijs laborant, cōuenire præcepta censebis. Quippe ipsi quoq; medicamentis arthriticis podagricisq; ebibitis, si carnosi, & crassi, & pingues sunt, nullum sentiunt incōmodum. sin graciles, non modo totum corpus, sed etiam pedes ipsos, interim uero & manus, si hę quoq; prius male habebant, in grauissimum statū siccando perducunt. Scire tamen licet podagrica hæc antidota multum à nephriticis distare, non in eo modo quòd crassos glutinososq; succos attenuent, uerumetiam quòd calfaciant & siccent. Nam calculosis quæ ualde calfaciant, dari nullo modo conuenit. Quoniam uero dictum abunde de talibus omnibus est in opere quod de medendi ratione conscripsimus, præterea in ijs libris quos de medicamentis edidimus: (qui ipsi duplices sunt. qui priores ordine sunt, de medicamētis simplicibus. qui posteriores, de compositis) profecto nec omnino nihil, nec prolixius meminisse de his conueniebat: propterea quòd eiusmodi corpora inter ea quæ exactam sanitatem habent, & quæ iam ægrotant, medium statum obtinent. siquidem ea pars artis quæ instantem morbum declinat, (prophylactice Græce dicitur) affectis ad hunc modū corporibus consulit. Nemini enim ex ijs qui corporis habitum inculpatum habent: aut medicamenta bibenda, aut tenuante uictu utendum cēsemus. Sed qui pro naturali imbecillitate aut corporis totius, aut partium quarundam, ex leui causa læduntur: hos ad prædictæ prospicientis partis uictum traducendos censemus, atq; à suspecto sūmouendos: quem tamen nemini esse noxium uidemus eorum qui naturali corporis bono sunt habitu, & modice laborare non grauantur. Verum qui ex leui causa afficiuntur, ita ut magnis morbis assidue uexētur, ueluti comitiali, uertigine, (quod scotoma Græce dicitur) capitis doloribus, item alijs in quibus caput subiectis partibus symptomatum occasio est, quarum sunt dētes, gingiuæ, columnella, uno uerbo omnes quæ in ore & faucibus sunt partes, ad hæc aures, & oculi, & stomachus, & uenter, & spirandi partes, nempe summa arteria quę larynx di-

A citur & aspera arteria, & pulmo, & thorax: his uictus communis scopus est, caput ipsum ante omnia & quàm accuratissime minus opportunum ad uitia reddere: mox etiam afflictis partibus prospicere: modo tamen ne ignoretur hoc ipsum quoq; alia determinatione egere, utiq; hac, Non omnes quæ læsæ sunt partes, esse roborandas. Optima uero determinatio est quæ ex usu earum petit. quippe oculorum & aurium permagnus est usus. Iccirco decidentibus in has à capite excrementis, deriuatio per uicinas partes (parocheteusin Hippocrates uocat) molienda est, ac ad nasum potissimum trahenda quę in has partes feruntur. Sin ad nasum non sequuntur, in os ipsum: utiq; per ea quæ pituitam eliciun. (apophlegmatismata Gręci uocant)
B sicuti ad nasum tum per ea quæ sternutamēta mouent, tum quæ eius obstructiones aperiunt. Oculis uero ipsis robur adijcies, si sicco collyrio quod ex phrygio lapide componitur, utare, ac sic palpebris specillo inducas, ne oculi membranam intus contingas. ita nanque mulieres quotidie faciunt cum stibio oculis gratiam conciliant. Ad aurium uero robur, uel glaucium solum super cote tritum cū aceto, mox tepidū per specillum blande infusum, aut etiam per instrumentum illud quod publice in usu est, & oricularium clysterem, Græce ὠτέγχυτα uocant. ubi uero satis firmatæ sunt, ita ut nihil in has confluat: assidue instillandum optimi nardini unguenti aliquid. id olim duntaxat Laodiceæ in Asia præstantissimum fiebat: nunc uero
C & in alijs fit urbibus. Robur autem auribus uel magis afferet, ijsdemq; proficiet collyrium quod diaglaucium, propterea quòd glaucium recipit, uocant. præterea diarhodon, & crocodes, & nardinum, & quod διὰ οἴνου Græce dicitur, præterea ex unguentis ea quæ Romæ opulētis mulieribus conficiuntur, quæ foliata & spicata uocant. Quòd si larga fluxio & sanies assidue in aures à capite feratur, & exulceratio iam facta sit: sanè exulcerationi Andronis medicamento & similibus medeberis. Inter autem id agēdum, auertere materiam ad nasum & os debebis: quo facto iam comprensis uteris. Veluti autem ex ijs quæ à capite defluunt, identidem læduntur aliqua eorum quæ illi subiecta sunt: sic ex iocinore, & renibus, uel liene, in a-
D lias partes quæ ipsis sunt imbecilliores, morbi incidunt. Siquidem demonstratum in ijs commentarijs est qui sunt de naturalibus facultatibus inscripti, singulas partes trahendi facultatem habere proprij sibi ac conuenientis succi: quem alterantes adsimilantesque abutuntur ad nutrimentum. Rursus aliam facultatem habere qua quod superuacuum est, expellere in uicinum desiderent. Ac siquidem ipsa quæ uicina particula est, corporis habitum firmum habeat: quod sibi obtruditur, utique non admittit, facitque ut in ipsa solum quæ primum affecta particula est, dolor usque subsistat. Sin imbecillior sit quàm illa unde excrementum mittitur: admittit illa quidem: cæterum ipsa quoque ad imbecilliorem quampiam à se rursus trans

ſus transmittit : atque hæc rurſus ad aliam donec in eam procũbat, qua imbecillior nulla ſit reliqua. A Atq; ad hunc quidem modum, quorum nulla uictus ſui cura eſt, alius alia parte aſſidue uexatur. Qui nihil colligunt ſuperuacui, iis manent imbecillæ partes ſemper in tuto. Cuius rei euidentiſſimum argumẽtum eſt, quòd aliqui ſex menſibus pluribuſ'ue infirmis partibus laborant: cum ſi ſola imbecillitas ipſa id efficeret, perpetuo laboraret infirma pars, ceu cui ægrotatiõis cauſa nunquam abeſſet. Nunc quoniã perpetuo non laborat, manifeſtum eſt aliud quippiã interuenire quod eius affectus gignẽdi ſit occaſio. Quod certe aliud nõ eſt quàm quod uel quantitate uel qualitate redundat. Atque hoc ipſum quod redundat, aut per totum colligitur corpus, B uocantq; eum affectum Græce plethoran, aut in parte aliqua principe, ſed quæ alioqui natura ſit imbecillior. Id uero aut in ipſa manens, aut ſe in imbecilliorem quampiam natura recipiens, noxam ingerit. Illud ergo ante omnia conſiderandũ definiendumq; eſt, propter'ne ſemetipſum perpetuò laboret membrum, an propter aliud quod prius ipſo ſit affectum. Atque extrinſecus quidem nonnunquam imbecillæ parti noxa incidit ex eo quòd refrigerata, aut contuſa, aut uulnerata, aut laſſata eſt. plurimum tamen ex uictus ratione, quæ redundantiã uitioſum'ue ſuccum contrahit. Attendere itaq; magnitudini naturalis infirmitatis membri conueniet, hac prius diſcretione uſum: ac tenuiorem quidem homini uictum quàm prius exhibere: C tum idoneam exercitationem iniungere: cauere uero nequid ab externis cauſis noxæ incidat. Poſtea ſi ab his nec ipſe gracilis fiat, nec imbecilla eius pars affligatur: inſiſtendum eidem uictus rationi eſt. Sin autem aut omnibus membris fiat gracilis, aut male afficiatur quod uitioſo eſt habitu: mutare talem uictus rationem debebis: utiq; ſi affligitur, duorum alterum faciens, aut uictum hominis in tenuiorẽ mutans, aut certo anni tempore purgatione utẽs. Ac aliis quidẽ una quotãnis purgatio uere incipiẽte ſatisfacit, aliis altera quoq; poſt hanc autumno eſt opus. Ac ſi ſanguinis quidem abundantiam corpus accumulauit, mittendus is eſt. Sin uitioſum ſuccum, uacuandus hic medicamento eſt quod ſu- D perantem humorem purget. Quòd ſi ex tenui uictu pars afflicta leuatur, ſed corpus emaciatur: picatione utendum, ſicut antea eſt comprehenſum, ad extenuati habitus refectionem. Sanè peſſimus corporis ſtatus eſt & ille. Sunt enim qui genitale ſemen copioſum calidumq; gignunt, quod eos ad expulſionem ſui proritat: poſtquam & uentris os illis reſoluitur, (quod ſtomachus nõ à medicis modo, ſed etiam ab aliis hominibus uocatur, ita ut à ueteribus Græce καρδία) & ipſi toto corpore nõ ſolum relaxãtur, imbecilliq; fiunt, ſed etiam ſicci, graciles, pallidi, cauiſq; oculis cernuntur. Quòd ſi propterea quòd ex concubitu ſic uexantur, ab hoc ſe retrahant: nõ modo capitis moleſtiam, ſed etiam ſtomachi offenſionẽ faſtidiaq; ſentiunt: ſed nec ex continentia magnopere iuuantur. Accidunt enim ipſis per nocturnas imagines nõ minora incõmoda iis quæ à cõcubitu ſenſerunt. Horũ cum quidam mordax præcalidumq; ſemen inter emittendum ſentire non ſolum ſe, ſed etiam mulieres cum quibus rem haberet, referret: ſuaſi homini abſtineret à cibis qui ſemen genitale augerent: ſumeret autem non cibos modo uerumetiam medicamenta quæ id extinguerent, (quorũ tradita nobis materia eſt in iis libris quos de alimentis, itemq; quos de ſimplicibus medicamentis cõſcripſimus) tum uero exercitationibus uteretur quę ſupernas partes potius exercerent, cuiuſmodi eſt quæ parua pila & quæ folle fit, & quę per alteres: à balneo uero lumbos totos ungeret unctione quapiam frigida. Talia ſunt & crudũ & acerbum oleũ, quod ὠμοτριβὲς & omphacinum uocant, & roſaceum, & melinum, utiq; quod ex eiuſmodi fit oleo. Ipſe uero craſſioris ſubſtantię unctiones nõnullis compono, ne facile à corpore defluant. Eſt aũt compoſitio earum ex cera & aliquo eorũ quæ refrigeret. Primum autem ubi ceratum quod à medicis Græce κηρελαῖον dicitur, feceris, dein in mortario manibus affatim ſubegeris, infundes refrigerantem ſuccum, quem etiam quàm maxime cum cera ſic permiſcebis, ut unitas fiat. Succorum uero id genus deſcriptam materiam habes in ſimplicium medicamentorum libris. Quorum obuii maxime facillimeq; parabiles ſunt et ſemper uiui, & ſolani, & umbilici ueneris, & pſylii, & polygoni, & tribuli, & portulacæ. hæc uero ſuccum nõ remittit, niſi dum in mortario tunditur, adfuſum ſit humoris quippiã qui tenuis aquoſæq;, non lentæ & craſſæ ſubſtantiæ ſit, qualis uuæ immaturę eſt, & roſarũ. Verum hi æſtate, reliquorũ non pauci etiam aliis temporibus habent, ueluti lactucæ: qui ipſe quoq; ex refrigerãtibus eſt. Quin etiam lini ſemen ſi in aqua coquas, refrigerantem cremorẽ efficit. Porrò gymnaſtarum quempiam uidimus ex iis qui athletis præfuerat, qui athletę cuiuſdam renibus plumbi laminã ſuperpoſuit, quò nocturnis imaginibus careret. Idq; cum è plebe cuidam qui ſic eſſet affectus, indicarẽ: adiutus gratias egit. Alter uero cui carnis natura imbecillior erat, nõ tulit plumbi duritiam. huic ergo ſuaſi earum quas ſupra dixi herbarum aliquas ſubſternere, ac cũ ipſis molles amerinæ frondes, & rutæ. ſenſit que illico ex his fructum. itaque uſus deinceps aſsidue eſt. Quin ubi amerinę ſemine aſsidue ueſci ſuaſi, etiam ob id gratias egit, ſicuti etiam pro ruta. Ac talium quidem materia tum in opere de ſimplicibus medicamentis, tum in libris De ciborum uiribus tradita eſt. Nuncillud uiſum eſt ſermoni neceſſario adiiciendum, cauendas eſſe unctiones frigidas quæcunq; ex papauere mandragoráue fiunt. Neq; enim horum quippiã admouendum: neq; etiã cum in ſummo uirium ſunt, herbæ ipſæ ſubſternendæ. nam ſicuti prædictis, ita his quoq; ſubſtratis uti licet. Quin roſas experiri cuidam ſuaſi: ſenſitq; ex his ſubſtratis leuamẽ citra ullam renum noxam.

Sed & aliud excogitaui ijs qui ita sunt affecti non A
insalubre, ueluti ex ipso usu comperi. Quippe ex-
perientia normæ uice semper habenda est eorum
quæ excogitauerit: nec scribendum pro utili quic
quã est, quod nõ sis expertus: nisi tamẽ hoc ipsum
testeris, non esse tibi adhuc expertum. Quid ergo
est quod à me excogitatum magnæ esse utilitatis
sum præfatus? Nempe seruare oportere qui hoc
corporis uitio urgentur, quando maxime genita-
lis seminis abundantiam quod excerni postulet,
collegerint: ac die quopiam postquam boni succi
cibis in cœna se modice impleuerint, ad somnum
conuersos, cõcumbere. postero die cum satis dor
mierint, ac surrexerint, linteo fricari quoad rubor
per cutim appareat. mox aliqua ex oleo frictione
modice uti: tum exiguo interposito tempore, pa- B
nis aliquid bene fermentati, & furno cocti, ac pu-
ri, ex uino misto gustare: atq; ita ad opus consue-
tum redire. Medio tamen tempore frictionis ex o-
leo, & panis gustandi, siquis locus in uicino sit, in
eo ambulare, excepto si hybernum frigus sit.
Tum enim intus manere satius duco. Non dissimi
lem roborandi per cibum stomachi rationem &
grammatico cuidã quem comitialis spasmus assi-
due urgebat, suasi: ac mirifice cõtulit. Maxime ue
ro in fiduciã ueni hominis iuuandi, ubi didici tum
spasmos incidere cum diutius à cibo abstinuisset:
magisq; si dolor interim iraue interuenisset. Quin
etiam habitum corporis eius contuebar: sciscitan
tiq; de hac ipsa re, stomachũ assidue bili urgeri est
fassus. Omnibus uero qui hæc legent, cõmuniter C
illud suasum uelim, præsertim qui tametsi medici-
næ artis sunt ignari, cogitationem tamen habent
exercitatam, ne ueluti uulgus, ita ipsi quoq; peco
rum ritu uictus ratione utantur: quin potius usu
explorent quinam ipsis cibus potusue sit noxius,
quæ præterea quantaq; dimotio. pari modo & de
uenere obseruent num noxia sibi innoxiaue sit:
tum ex quanto interuallo utentibus noxia inno-
xiaue sit. Nam sicut retuli, nonnulli immodice læ
duntur. Alij citra noxam usu eius ad senium usq;
sufficiunt. Verum hæc ambo genera rara: nempe
eorum qui magnopere læduntur, & qui nullum
sentiunt incommodum. Totum uero quod in me
dio est, id cũ maioris minorisq; discrimine ad ma-
gnum hominum numerum se extendit. quorum D
qui non rudes sunt, sed ratione probe exercitata,
(non enim quorumlibet est hæc nosse) ijs suadeo
obseruent ex quibus lædi se iuuari ue sentiãt. ita e-
nim fiet uti in paucissimis medicorum opera indi
geant quoad in sanitate sunt. Hactenus prodide-
ram, cum amicorũ quispiam toto opere perlecto,
unum omnino restare licebat, quod superius à me
relictum, post erat dicendum, nempe medicamen
tum quod ex malorum succo cõficitur: quod tum
ad appetentiam excitandam ijs quibus ea languet
est utile: tum ad concoctionem ijs qui parum feli-
citer cibos cõcoquunt: & in summa uentri robur
cõciliat. Laudato igitur homine: quod admonuit,
apposui, & compositionẽ ipsius, quæ ad hunc mo
dum se habet: Accipies succi malorum cotoneo-
rum quæ dulciora maioraq; sunt, ac minus acer-
ba, quæq; nostrates in Asia Grȩce struthia uocãt,
sextarios Romanos duos: quibus mellis optimi
tantundem miscebis, aceti sextarium unum & se-
missem. hæc cum super prunas modice coxeris,
& spumã detraxeris, immittes gingiberis uncias
tres, piperis albi duas. dein rursus in simili igni re-
coques, donec mellis crassitudo existat, qua utiq;
crassitudine stomachica medicamenta præparari
solent. Hoc uero medicamẽtum etiam ijs quibus
inualidum iecur est, salutare in primis est. Illud ue
ro latere non debet, ieiunis id maxime dandum
esse, mediocris mystri modo: quanquam nec si à ci
bo sit sumptum, quicquam lædit. Commode quo
que dabitur etiam si prius pransus quispiam ante
cœnam id sumpserit. Maxime tamen tempestiue
id duabus horis aut tribus ante cibum obtuleris.
Quod si id adstringere magis uoles, etiam ex co-
toneorum succo conficias. Cæterum sicui uenter
intemperie caloris laborat, aut etiam bili quouis
modo abũdat, huic afferri & piper & gingiber de-
bebit, ac succus malorum cum aceto & melle tan
tum ad præscriptam crassitudinem coctus dari.
Qui uero medio temperamento uentres habent,
ita ut nec biliosum excrementum, nec pituitosum
congerant: ijs piperis & gingiberis dimidium e-
ius qui prȩdictus est modi, sat erit: ita nimirum, ut
sit piperis uncia una, gingiberis una & semis. At
quibus frigiditas temperiẽ uitiat: ijs quatuor gin-
giberis, piperis tres aut duas et semis uncias iniici
es. licebit & cum ad medium modum præparaue
ris, in ipso usu piper addere. Atque ad hunc mo-
dum ijs quibus in diuersis mẽbris pugnantia tem
peramenta sunt, consulendum censemus. Qui-
bus uero in una qualibet similari instrumentali ue
parte imparitas temperamenti uisitur, de his alio
opere agetur.

Claud.

CL. GALENI ARS TVENDAE SANITATIS NVM AD MEDICINALEM ARTEM SPECTET AN AD EXERCITATORIAM LIBER AD THRASYBVLVM,

IVNIO PAVLO CRASSO PATAVINO INTERPRETE.

NON alia ô Thrasybule de proposita à te quæstione ex tempore disserui, alia uero in præsentia hisce commentarijs traditurus B sum: id em̃ prorsus haud ignoras, me semper eadẽ de eisdem asserere, neque quicquam tractãdum suscipere, cuius neque methodum didicerim, neq; in ea me aliquandiu exercuerim. Inuentionis igitur initium non in hac sola nunc proposita cõtemplatione, sed etiam in alijs omnibus fuerit, ante cognoscere, quidnam est id, quod quæritur: huiusmodi uero notitia gemina est. aut enim solam rei notionem, aut essentiam quoq; percipimus: sed quo hæ discrimine separentur, ampliter in libro de demonstratiõe proditum est, ubi & alias omnes methodos explicauimus: quin & iam in præsentia ex ipso usu patescet. Hoc enim in dubium reuocato, utrum medicę artis, an exercitatricis pars, ea facul C tas sit, quæ salubris uocata est, teq; meam iccirco hac de re sentẽtiam efflagitante, cum plerunq; ad medicos gymnastasq; de hoc ambigẽtes te accessisse diceres, te mihi prius respondere dignum censui, quam cuiusq; istorum nominum medicinę uidelicet, exercitatoriæ, & salubris notionem habeas, ne forte de alijs rebus tu narrationem cupias, ego de alijs tibi sermonem faciam, atq; ita ad nomen tantum, non ad rem ipsam nostra digerat oratio. tu quidẽ ad hoc subticuisti, me existimans de omnibus omnia dicere debere: sed non ita rei ueritas habet. multa enim sic non unum proposuisses: primum quid est medicina, secũdo, quid exercitatoria, tertio, post hæc, quid salutaris facultas, aut & id ipsum, quod potissimum quæritur, ad utram D prædictarum artiũ ista pertineat. atqui istud ipsum quartum non ita simpliciter debere proponi affirmabam, ad utram duarum artium reduci deberet, sed ita statim addendo, an propria, an domestica, an pars esset, aut quomodocunq; aliter quispiam dicere uelit: futurum enim & inde aliquod inueniendi quæsiti principium. nanq; si ita perfecte proponatur, ac per Iouem interrogetur: nunquid ad medicinã an ad gymnasticã pertinet salubris: cum trium quoque illorum nominum significatum exposuerimus, medicinæ uidelicet, gymnasticæ, & salubris: post hæc etiam quartum explicare oportebit, domesticum quid significet, & quæ sit eius dignoscendi ratio: sed hoc proprium quidẽ ipsius propositi est: at medicina quid sit declarare, quid gymnastica, quid salubris, nõ est ipsius propositi propriũ. in his tamen conuenire necesse est: quare cum unum id, qđ & tu proposueras, explicare tũc uelles, cumq; te in respõdendo trepidantẽ hęsitantemq; uiderem, uirũ quendam inter philosophos in rationali speculatione uersatos non ignobilem sermonibus nostris fortuito occurrentem respondere uolui, quod ille cum prõpte fecisset, & ad omnia probe respondisset, facile (ut nosti) proposita quæstio enucleata fuit. Atq; tunc confestim ex sermonum illorum artificio, & quòd expectatione celerius quæsitum inuentum sit, magnam te uoluptatem percepisse cognoui: & postea tu me semper magnopere precatus tandem non admodum propmtum ad hos sermones scribẽdos impulisti atq; coegisti: neq; enim unum id propositum tantummodo exquisite discussum literis cõmendandum esse putabã, reliqua uero omnia perinde examinare tempus non supererat. Quã ob rem quod ipse in me ipso facere consueui, id satis erga uos amicos fore putaui: si uiam ostenderẽ: quã quis ingrediens nõ id solum, sed etiã reliqua omnia proposita explicare ualeat. Vocatã em̃ à philosophis rationalem cõtemplationẽ quicunq; satis diligenter tractauerit, quodlibet iste quæsitum æque discutere poterit: at sine illa propositorum commentarios euoluere, nihil aliud est quàm operam atq; oleum perdere, cum neque distinguere sciat, quæ uere in ipsis, quæ falsò dicta sunt, neq; omnia inibi scripta memoria complecti ualeat. cæterum quoniam semel propositum, cuius paulò ante mentionem fecit oratio, declarare aggressus sum, iã incipiendi tempus aduenit. Siquis à quopiã interrogatus quid sit medicina, artem eam esse ęgrorum curatricem, sanorumq; conseruatricem respondeat, nónne per Iouem iste, quòd controuersum est tanquam manifestũ accepisse uideatur, medicinę partem, salubrem esse pronuncians: quemadmodum è contrario siquis medicinam laborantiũ tantum curam habere cõfirmet, alio modo & iste id, quod in quęstione uersatur, pro concesso accipiet, à medicina salubrem abstrahens: ita & exercitatoriam si quispiam sanitatis seruatricem statuat, quæsitum pro comperto habuerit: quẽadmodum & qui boni habitus eam opificẽ tradat, diuerso modo & ille ambiguũ pro certo asseueret. siue enim quis artis definitionem, siue descriptionem reddere tentat, quod dubium est, neque confutare, neque asserere sine demonstratione ausit, sed aliunde ex con-

ex con-

ex concessis incipiens demonstrare conetur. nun A
quid igitur ita medicinam definire melius fuerat,
eam uidelicet esse, cuius finis est sanitas: gymnasti
cam uero, cuius finis est bonus habitus, atq; huiu
smodi descriptiones principia inuestigationis in/
stituere? at sic etiã gymnasticæ salubrem, tanq; ni/
hil sit dubium, detrahemus, medicinæ uero adhuc
obscurum & quæsitũ attribuemus. nam si sanitas
artis huius finis est, forsitan poterit eam in defini/
tionem sermo asciscere, nõ præsentis custodiã, sed
creationem adeptionemq; absentis, eius finẽ esse
constituens. hinc enim inductionibus utenti in u/
tranq; partem argumentandi facultas suggeritur:
nam si eiusdem artis officiũ esse, quod prius non
erat, efficere, incolumeq;, quod factum sit, conser/
uare, ostendere uoluerimus, ædificatoriam, naua B
lem, fabrilem, atque ferrariam memoria repete-
mus: quòd si ad aliam opus facere, ad aliam id in-
tegrum inuiolatumq; seruare pertinere declare/
mus, textoriã, sutoriamq; in exẽpla adducemus,
& ad has coriorum dissectoriam, neruorumq; su/
toriam (sic enim eam uocãt, quæ fracta calciamen
ta restituit) adijciemus: siquidem alterius esse uide
tur artificis uestem facere, alterius eandem dilace/
ratam integrare: quemadmodum & calceum face
re ad coriorum dissectorem spectat, fractum au/
tem emendare ad neruorum sutorem. uerum in li
bris meis de demonstratione probatum est ad de/
monstrationes scientiam gignẽtes inductiones ad
hiberi non oportere: quare quicunq; in illis uersa/
tus fuerit, huiusmodi uiam aspernabit̃, & alteram C
meliorem uestigabit: qui uero in illis sese non ex/
ercuerit, alterutrã, quam uoluerit, partẽ tuendam
suscipiens totum diem altercandi materiam habe
bit. Medicæ nanq; arti sanitatis creationem non
seruationẽ custodiãq;, gymnasticæ uero bonum
habitum finem esse statuentibus, alia rursum diffi
cultas non exigua ultra prædictas exoritur. coge/
tur enim puto aliquis quemadmodum sanitatis,
ita & boni habitus, artem unam seruatricem, alte/
ram opificem constituere: id si fuerit, duas alias ar
tes necessario disquiremus, unam medicinæ sani/
tatis conseruatricem, alteram gymnasticæ boni
habitus custodem: cumq; duplex sit bonus habi/
tus, ut alibi ostensum est, utrius ipsorum gymna/
stica effectrix erit distinguere admodũ difficile fue D
rit: nunquid naturalis, an athletici boni habitus?
non'ne iam constat, duas alias nobis artes quęren
das esse? atq; ita omnes sex numero fuerint, tres fi/
nium effectrices, tresq; seruatrices. tribus enim fi/
nibus positis, sanitate, bono habitu naturali, bono
habitu athletico, ad hunc numerum artes ascende
re necesse est. uerum enimuero cum diuersis arti/
bus opus sit, eo quòd boni habitus inter se & à sa/
nitate differant: ita & gemina sanitas cum sit, una
secundum habitum, altera secundũ affectionẽ ap/
pellata, geminas & artes esse necesse fuerit: neque
enim plus sanitatem secundum habitũ, minus sa/
nitatem secundũ affectionem bonus habitus ex/
cellit. Huiusce rei notitiam perfectam habueris
istorum cuiusq; diligenter naturã contemplatus,
contemplaberis autem ad hũc sanè modum. ægro/
tantium alicuius, eorum, quos sæpius uideris, ti/
bi in mentem ueniat, qui grauiter morbo labora/
uerit, proxime uero cõualuerit: iste emaciatus cõ
sumptusq; esto, et ad motiones imbecillus, ut alijs
ipsum ferentibus egeat: iste medelam planè am/
plius morbo iam solutus non requirit, sed refectio
ne ipsi uiribusq; opus est, ut robustus pariter ad
naturales actiones obeundas euadat, & externas
iniurias illęsus sustineat. nihil enim dubij est, quin
ita affectus, ut modo afficitur, nunc primum ægri/
tudine liberatus æstum, frigus, uigilias, cruditatẽ,
aliud'ue quicquam ferre nõ ualeat, sed quantum/
uis leui noxa pulsatus, utpote nondum tutum fir/
mumq; salubrem statum adeptus, in ægritudinem
sit relapsurus. cũ uero stabilior atq; in habitu fue/
rit, nondum tamen in bonum habitum euasit (hãc
enim particulam, bonus, accipiens, tũc bonus ha/
bitus efficietur) sed iam mẽdosa affectio inutilisq;
esse desijt. non posse enim satis pro uitæ cõmodis
exerceri, ac facile quibusq; iniurijs uiolari, men-
dosa inutilisq; affectio est: quòd si neq; actiones
impediantur, neq; sit iniurijs facile corpus obno/
xium (talis uero est secundum habitum sanitas)
non amplius mendosa est, atq; ad humanas actio/
nes inutilis, sed illud laudabile atq; perfectũ non/
dum adepta: adepta uero tunc fuerit, cum non so/
lum haud debiliter operabit̃, sed robur præterea
quoddam insigne acceperit. sanitas nanq; secun/
dum habitum inter sanitatem secundum affectio/
nem & bonum habitũ actionibus media est: nam
sanitas in affectione debiles actiones producit, bo
nus habitus firmiores: sanitas autẽ in habitu non/
dum quidem firmas, non amplius autem debiles.
atq; ita manifestum est, cum medio sit in habitu sa
nitas, ipsam in totam uitã magis, q; sanitatem in
affectione, licet summam uirtutem non habeat,
conducere. solo enim bono habitui ea cõcessa est.
atq; tu secundum ordinem quendam ista cogita:
primum actionis noxam, quod in morbo fit: alte/
r um extra noxam quidem positum, sed propter
imbecillitatẽ inutile, quod in sanitate secundũ af/
fectionem cõsistit: tertium imbecillitate liberatũ,
non tamen adhuc robustum, quod sanitas in habi
tu possidet: quartũ ceu quædam actionum uirtus
bonus habitus, & summitas, ipsarũq; perfectio ex/
quisite bonus habitus est. Ars igitur ad salubrẽ ha
bitum hominem perducens altera utiq; ab ipsum
conseruante fuerit, semel scilicet hoc concesso, di
uersorum finiũ artes esse diuersas, & singulorum
geminam, effectricem unam, alteram conseruatri/
cem. ex quo patefactum est finis notione uniuer/
sam præsentem quæstionem comprehendi. quo
circa & quæcunq; diffinitiones à fine constituun/
tur, non exiguas ambiguitates pariunt. Itaq; me/
lius forsitan fuerit ad ipsam artis essentiã transeun
tem illam inquisitiõis principiũ facere: quid igit̃
est medicina? salubrium insalubriumq; scientiam
quis esse responderit. uerũ & iste nimis audacter
salubre

salubre, tanquam scilicet medicinæ partem acce-
pisse uidebitur: unde contrariæ factionis nonnul-
los ægrotabilium tantũmodo scientiã medicinam
esse dicturos existimo. at isti primũ ignorant con-
trarium omniũ unam esse scientiam, & quicunq;
ægrotabilia nouerit, hunc & salubria non latere
necesse esse. istud uero eorum captu maius omitta
tur, & secundum eorũ, quę ignorant, explicemus,
quod uidelicet fortasse consequitur, intra medici
næ definitionẽ non necessario quæsitũ includi: si-
quidem alicui æquiuocationem distinguenti, po-
stea medicinam corporum sanitate fruentium, no
tarum indicantium, causarum facientium scien-
tiã esse demonstrare licet, non tamẽ iccirco ipsam
etiam conseruantia tradere atq; complecti, con-
tra atq; propositũ postulet. Quam ob rem huius-
modi sophistica adducentes, neq; quod quæritur,
exacte percipere uidentur, neq; quodnam salubre
signum appellemus, quod scilicet ægrotantibus
adueniens futuram sanitatem portendit, neque
causam, quæ corpori ægro adhibita sanitatis est
procreatrix, qualia sunt uniuersa remedia, neq; ꝙ
corpus sanitatis prędítum salubre uocamus: quo-
rum omnium nulla cum proposito præterquam
nominis societate iunctorum medicus notitiam
habet. etenim sanorum custodiæ, medicus ne, an
gymnasta pręsideat ab initio nobis proposita quę
stio fuit, quemadmodũ pauloante declarauimus,
huiusce quęstionis iudicium in finis exploratione
uersari dicentes: sanitas enim an simpliciter medi-
cinæ finis sit, ipsam absentem acquirentis, an præ-
sentem conseruantis nihil refert, neq; si acquirere
quidem medicinæ sit, conseruare aũt gymnasticę.
sic & de gymnastica proponi in quæstionem po-
terit, num bonus habitus aut sanitas eius finis sit,
aut horum alterutrius creatio, siue custodia. Peri-
culum enim fuerit, ut proxima demonstrauit ora
tio, ne, si unam transeamus, septem circa humanũ
corpus artes constituamus: primã & manifestissi-
mam & penè solam controuersia carentẽ, eam sci-
licet quæ morbos expellit: duas alias, unam à sani
tate secundum affectionẽ ad eam, quæ est in habi-
tu, ducẽtem: alteram in ea conseruantẽ: duas item
alias circa bonum habitum pariter sese habentes,
effectricẽ unam, alterã, quæ conseruat: pręter has
etiam duas circa bonum habitum athleticum uer
santes. simpliciter enim alterũ naturalem bonum
habitum appellamus: nõ simpliciter autem eum,
qui nõ naturalis est, athleticum inquam, sed cum
adiectione semper. quẽadmodum & Hippocrates
inquit nonnunꝗ sic loquens, Affectus athleticus
non naturalis, habitus salubris melior: interdũ ue-
ro sic, In his, qui corpora exercent, habitus ad
summum boni periculosi. At de athleticis gymna
sticisq; uocatis corporibus nunc te intelligere o-
portet, non de illis, qui quomodolibet exercẽtur,
ut de fodientibus, remũ pellentibus, metentibus,
aut quippiã aliud ex naturalibus hominũ officijs
prestantibus: sed de illis, quibus id ipsum studium
est, ut athleticis uiribus cõtra aduersarios exercen

A do sese muniãt. quare aũt huiuscemodi affectio na
turalis non sit, alio loco exposuimus. ex hac igitur
oratione quod optime ad præsens negociũ facit,
id ipsum est, quod proxime diximus, circa huma-
num corpus septẽ artes futuras, quodq; altera est
exquisite bonum habitũ efficiẽs, altera cõseruans.
quod uero gymnastici boni habitus summitatem
fugere uererìq; oporteat, ab Hippocrate clarissi-
me testatũ est: sed simpliciter boni habitus, qui se-
cundum naturã est, summũ nõ solum uitare non
conuenit, immo totis uiribus ad ipsum niti decet.
itaq; omnes circa corpus nostrum artes nouẽ fue-
rint: quarum septem quis laudare poterit: reliquas
duas potius uitiosas artes appellauerit: qualis &
illa est, quæ cõmotica Gręce dicitur: Latini cõpti
B uam uocant. Has igitur, si placet, dimittentes ite-
rum septem reliquas enumeremus, omnium pri-
mam, quam morbos pellere dicebamus, alias uero
deinceps, duas circa sanitatem in habitu, duas cir-
ca bonum habitũ, duas circa summe bonũ habitũ.
iam sanè patet, siquis circa corpus artẽ unum ha-
bentem finem statuat, eum ad septem usq; artes ac
cedere necesse esse, nihilq; aliud hunc finem esse,
quàm sanitatem. Sed melius forsitan fuerit exqui
sitiorem de artibus sermonem facere, illud in pri-
mis, quod nemo ignorat, memoria repetẽtem, im-
probas artes apparens bonum unicuiq; eorũ quæ
sunt, artes autem uerum bonum cõparare: ac de-
inceps dicentem: si uocata comptiua adulterinam
pulchritudinem conciliat, hæc utiq; ars uitiosa a-
C dulatrixq; fuerit, alteraq; circa legitimã ueramq;
pulchritudinem uersabitur, quæ in uegeto colo-
re, carnis moderata copia, membrorũq; congrua
coagmentatione cõsistit, quę naturalẽ bonum ha
bitum consequunt. sed de gymnastico bono habi
tu alibi seorsum uerba feci: nunc aũt fortasse de eo
dẽ per capita loqui melius fuerit, id sermoni prin-
cipium statuentẽ. Siue enim secundũ naturã ope-
rari unicuiq; membrorum idem, quod bene uale-
re, est: siue id necessario naturalem corporis appa
ratum consequitur, ipsumq; bene ualere nihil est
aliud, ꝙ secundum naturam instructum esse: isto-
rum utrumuis sanitatem constituens, (nihil enim
nostra interest) sequentem orationem ita animum
aduertẽs accipito, nunquid naturali cuiusq; mem
D bri apparatu, an eius opera indigemus. mihi pro-
fecto ita persuadeo, neminem membrũ ignauum
officioq; proprio carens habere uelle: neq; igitur
cæcutientes oculos, neq; nares odorari nequeun-
tes, neq; crura torpentia, neq; aliud quodpiã mem
brorum, aut nihil penitus, aut deprauate agens ha
bere cupiat: nullo enim eorum omnium, quibus
egemus, imperfecto egemus, neq; domo, neq; cal
ceo, neq; scamno, neq; ueste, sed simul egemus, &
perfecto egemus. Itaq; infirme debiliterq; ambu-
lare non petimus, neq; obtuse cernere, uel audire,
neq; aliud quicꝗ deficiẽs mancũq; expetimus. qs
enim coloris bonitatẽ, carnis molem, aut absolute
corporis pulchritudinem, robúrue, imperfectas di
scupiat? quocirca si actionem non deprauatam,
sed

ſed perfectam eligimus, multo minus corporis
ſtructuram, unde hæc profluit, mendoſam laban-
temq; uotis expoſcemus: atq; ita cum horũ alteru
trum ſanitas ſit, nullus proculdubio mutilã ſanita
tem, ſed ꝙ fieri poteſt abſolutiſſimã firmiſſimãq;
exoptauerit. Igitur ſi aliud quodpiã bonum habi-
tum à perfecta ſanitate quis autumet, aliã ſanitati,
aliam bono habitui artẽ præficito: ſin unũ atq; idẽ
utrunq; eſt, unã & utriq; artem præſidere neceſſe
eſt: at quomodo unũ idemq; bonus habitus atque
abſoluta ſanitas fuerit? primũ ſi apparatum huiu-
ſce cauſam, eundem & boni habitus eſſe credide-
rimus, ſecundo ex ipſa eſſentia id percipiemus: bo
nus ſiquidem habitus nihil eſt aliud ꝙ bene ſe ha-
bẽs habitus: habitus aũt affectio ſtabilis eſt: quare
cuius eſt habitus, eius eſt etiã bonus habitus. am-
bo uero ad aliud ſunt: dicitur itaq; aliquis grãma-
ticæ habitũ habere, alius arithmeticæ, geometriæ
alius, alius aſtronomiæ. & rei cuiuſq; cum affectio
bene adhærens altiusq; defixa fuerit, habitus no-
minatur. nihil aũt in præſentia referat affectionem
aut habitudinẽ appellare. quamobrem ſi & eius
eſt bonus habitus, cuius eſt habitus, alicuius aũt
habitus eſt, alicuius ergo & bonus habitus erit, &
eiuſdem, cuius habitus. at nobis in præſentia non
de geometrico, muſico, aut grãmatico, ſed de ſalu
bri habitu ſermo proponitur. cum bonũ igitur ha-
bitum dicemus, non grãmaticum, muſicum, aut
geometricũ, ſed ſalubrem habitũ dicemus. Atqui
ſtatim id ipſum nonnulli negligunt, & boni habi-
tus ſanitatisq; nomina idem ſignificare arbitrant̃:
cum tamen ſanitatis nomẽ, affectionis cuiuſdã no
men ſit, boni uero habitus nomẽ non affectionem
ſimpliciter, ſed quod in ea optimũ permanẽsq; eſt,
manifeſtat: quandoquidẽ eius affectiõis, quam ſa-
nitatẽ dicimus, optimus habitus eſt bonus habi-
tus. non igitur (idem eñ iterum atq; iterũ inculca
re neceſſe eſt, cum quis multorũ inueteratã igno-
rantiam ſtirpitus euellere cupiat) nõ inquam affe
ctionẽ, nõ ſtructurã, nõ actionẽ, boni habitus no
mẽ ſignificat, quẽadmodũ neq; ſimpliciter habi-
tus: ſed habitus quidẽ ſolã ipſam permanentiã ſta
bilitatemq; affectionis oſtendit, bonus uero habi-
tus nihil ei plusq; bonitatem adijcit: igitur ex hoc
nomine habitus, & ex hac adiectione bonus com
ponitur, quam omnibus, quæ laudamus, appone-
re cõſueuimus, quæcunq; probe & in ſumma ſua
integritate cõſtituta ſunt. quid igitur appetimus,
aut quid noſtro corpori ineſſe precamur? nũquid
ſalubrem affectionẽ id ipſum ſolum? an id ipſum
idem eſt, ac ſi quæras, num infirmas ædes ac pro-
pediem ruituras expetimus? aut ultra uſum, cuius
cauſa ſtructę ſunt, elegantiſſime quoq; cõpoſitas,
& ꝙ longiſſimo tempore duraturas? nemo profe-
cto reperiatur, qui nõ integre, & nõ longi tempo-
ris ſpatio ſanitate frui percupiat. quin etiã nulla o-
mnino ars eſt, quæ ſibi id, quod deterius eſt, ac
breuis temporis, proponat, ſed quod in eadẽ ma-
teria eſt ualde optimum, atq; longiſſimo tempo-
ris curriculo permanſurũ. id ſanè omnibus actiuis
A artibus propoſitũ eſt. neq; etiam finis planè aliud
quidpiam, ꝙ propoſiti conſecutio fuerit. atq; iam
ex dictis apertũ eſt, artis circa corpus uerſantis fi-
nem eſſe unum: propoſitumq; unum: ſiue propoſi
tum hoc quiſpiã integritatẽ nominet, ſiue bonũ
habitum, ſiue ſanitatẽ, ſiue naturalẽ corporis ſtru
cturam, ſiue naturalem actionẽ, aut affectionem,
aut ſtructurã, per quam integre atq; abſolute has
naturales functiones obimus, nihil in pręſentia di
ſtinguere opus eſt. Siquidem unũ mihi oſtenden-
dum proponitur, omnes uidelicet artes propoſitũ
finẽq; appetere, finem uero uniuſcuiuſq; rei unum
eſſe, qui nihil aliud ſit ꝙ ſecundum illam ſubſtan-
tiam bonum. in uite igitur non aliud quidem finis
eſt, aliud uero bonum, neq; aliud, præter id, quip-
B piam ars uitium cultum tradẽs ſpeculatur. itidem
& ars oleas excolere docens olearũ naturæ perfe-
ctionem ſibi propoſitum ſtatuit. uerũ enimuero
una quædam res eſt humanũ corpus: & quædam
quoq; huiuſce proculdubio perfectio eſt, quam &
pręſentem cuſtodire, & abſentẽ reuocare alicuius
artis officium eſt. huius aũt ſi alterũ quendam in-
feriorem finem cõſtituam, antedictus nos excipi-
et ſermo: erit eñ hæc boni habitus, illa ſumme bo
ni habitus, alia ſalubris habitus, & quarta inſuper
ars ſalutaris habitudinis opifex, & præter has ath-
letici boni habitus effectrix quinta: ꝙ ſi alijs qui-
dem artibus fines inducere, alijs aũt eos conſerua-
re permiſerimus, non has modo uerũ etiã alias to
tidem circa corpus artes ueſtigabimus, conſtitue-
C musq;. Ex quo efficitur, neq; multa corporis bo-
na eſſe ponenda, neq; aliam eiuſdem opificem, a-
liam uero cuſtodem artem eſſe ſtatuendã: potenti
ſanè omnia per capita contemplari non pluribus
opus eſt: qui uero id facere nequeat, neque adhuc
omnia, quibus ante male imbuta fuerat, ex me-
moria deleuerit, longiore, puto, oratione indi-
get. illa ſanè cõfutanda ſunt, ꝙ non unum ſit cor-
poris bonũ, ſed omnia hæc, ſanitas, robur, & pul-
chritudo, quodq; ars una id procreare poſſit, alte-
ra conſeruare, & quęcunq; alia ab his oriẽtia non
nulli perperam decreuerũt: atq; in primis unũ eſſe
corporis bonũ primarie & proprie dictũ, ad quod
reliqua omnia referunt̃, explicare melius eſt. alia
D nanq; corporis bona uocata, nõnulla ut partes illi
us dicuntur, alia ut cauſæ, alia uero ut fructus qui
dam. quemadmodum enim pulchritudinem iu-
cundus color, congrua caro, membrorum cõmo-
deratio, & alia quædam integrant, quidni & cor-
poris bonum ex ſanitate, robore, & pulchritudine
abſoluatur? itẽ quid prohibet ipſius corporis bo-
num eſſe ſanitatem, ſed ueluti fructum quendam
eius pulchritudinẽ & actionem? quid obſtat præ-
terea primũ corporis bonum actionẽ eſſe, eius ue-
ro cauſam ſanitatẽ? neq; per alia exquiſite ſaneſcet
corpus, per alia robuſtũ aut pulchrũ euadet. ſta-
tim uero id etiam exacte ſalubre eſt. Quare & ex
hoc una circa corpus ars eſſe concluditur: eadem
eñ facientes ſimul & robuſti ad agendũ erimus,
& uiſu pulchriores, & ſalubriores, meliorisq; ha-
bitus

bitus efficiemur: quēadmodum contra, siquæ in A
corpus noxa inciderit, & actionum firmitas laba/
scit, & pulchritudo marcescit, et bonus habitus ui
tiatur, sanitasq; ipsa uiolatur: hæc enim omnia me
rito simul augentur, simulq; decrescunt: naturalis
etenim actio naturali corporis eget apparatu, à
quo rationē causæ erga ipsam habente producit:
quocirca illud in primis fieri nō potest, ut istorū al
terū adsit alterū uero absit. ambo præterea simul
augent atq; decrescunt. cumq; in melius proficiūt,
hic bonus habitus, illa robur appellet. eadē nanq;
ratione robur actioni, qua bonus habitus sanitati
cōparatur. utrunq; enim ab utroq; producitur, si/
cutq; alicuius bonus habitus est, ita & robur. natu
ralis nanque siue apparatus siue affectionis uirtus
quædam est bonus habitus, actionis uero natura/ B
lis uirtus robur est. idem aūt est uirtus, perfectio,
& cuiusq; rei bonū, quod illius primū atq; simpli/
citer bonū nominat. ambo sanè et propter eadem
deteriores melioresq; redduntur: bonus nanq; ha
bitus salubris, ut antedictum est, affectio nomina/
tur. siquis item debiliter operetur, roboris infir/
mitas imbecillitasq; dicetur. pulchritudo pręterea
priora, posteriora deformitas, necessario comitat.
Hęc planè omīa simul crescūt, simul minuunt, &
ꝑficiunt simul omnia, simulq; delent. quodq; isto/
rū unū, quicqd fuerit, statim & reliqua omīa lędit:
cōtrà qđ iuuat, pariter & omnia iuuerit. atqui ex
dictis iam unam circa hæc omnia artē necessario
uersari elucescit: quod istorū aūt princeps simplici
terq; corporis bonū sit, nihil in pręsentia attinet di C
cere. Sed ne id quoq; sermoni deficiat, subiungā:
corporis bonum absolutissimū atq; primariū, quo
egemus potissimū, actionū perfectio est, quod sa/
ne uim roburq; defectiue enunciantes nominant:
siquidem eos oportebat non uim simpliciter, sed
actionū uim, neq; robur simpliciter, sed actionum
robur nuncupare. deinceps uero post hoc nō sim
pliciter, neq; per se corporis bonū: sed quoniā in
primis & per se huiusmodi bono ad sui creationē
actionum robur indiget, sanitatis est bonus habi/
tus, quem & ipsum iterū curte nominātes cauilla/
tionibus ansam prębuere: sanitatis enim bonū ha
bitū cū dicere debebant, nō ita, sed absolute bonū
habitū uocant. hūc necessario pulchritudo sequit
aliud quoddā ab illis & tertiū corporis bonū. qua D
re corporis bona æque ac animæ neq; unius gene
ris sunt, neq; similiter omīa dicunt, sed unū quidē
ut primū atq; per se, alterum tanq; illius causa, ter
tium uero ut necessario consequens. igitur cuius
horū trium ars corpus gubernans primarius opi/
fex est: num sanitatis, an actionis, an pulchritudi/
nis? supra enim iam patuit, etiam si istorū uni tan/
tum, quodcunq; malis, profueris, necessario cun/
ctis tribus profueris. exempli causa si actionem iu
uabis, & sanitatē & pulchritudinē necessario iu/
uabis, quādoquidē ea sine causa ipsam producen/
te consistere nequit, pulchritudo uero necessario
subsequit. item si sanitati proderis, illico & actiōi
& pulchritudini proderis: etenim utraq; ab ea pro

fluit. qui uero pulchritudinē creat, iste proculdu/
bio & sanitatē ante creauerat, si eam, itidē & actio
nem. Verum quod primum ab artifice fiat, sermo
noster uestigare cupiebat: atqui iam ex supra posi
tis manifeste ars sanitatē efficere uidetur, hanc na/
turalis pulchritudo actioq; sequatur necesse est.
quod enim primū artifex cum fecerit, acquiescit,
id eius planè finis est: at naturali affectiōe, per quā
agimus, restituta conquiescit, ea uero sanitas erat,
quam cum induxit, nihil ultra circa actionē pul/
chritudinem'ue laborat. accedunt enim hæ uel in-
uito artifice, ipsisq; aditū intercludere, cum semel
sanitatē creauerit, prorsus nequit: ipsam planè sa/
nitatem impedire in ipso artifice positum est. ꝙ si
ipsam corruperit, naturales actiones, aut pulchri/
tudinē corpori adipisci nullo unq; pacto ualebit. B
Artem itaq; corpus tuentem, qualiscunq; sit, cir/
ca sanitatem omnium primam atq; per se negotia
ri asserendum est, deinceps accidit, ut de actione
pulchritudineq; curam habeat. neq; uero propte-
rea hę ignobiles imperfectęq; sunt, sed perfectę cu
mulatæ atq; summæ. Quomodo igitur plura sint
corporis bona, quomodo unū, quodq; nō omniū
æque ars corporis curam habeat, sed unius per se,
ex accidenti aliorū, abunde disertum est. At mo/
do superest discutiendum, quare in nulla materia
ars una finis effectrix, altera conseruatrix reperia/
tur: statimq; ab initio neq; illorum exemplum, qui
in hac fuere sententia, neq; rerū præterea ipsarum
naturam ipsis fauere declarabo. si alterius enim ar
C tis est calceum conficere, alterius labefactatum rē
sarcire, nondum tertiam hic artem cōseruatricem
nobis ostenderunt: pariter & in uestibus, si alteri/
us quidem artis est, eas resarcire, alterius aūt con/
ficere, quęnam & in his tertia sit ars conseruatrix,
explicare nō poterunt. in nostris profecto corpo/
ribus uniuersimq; in his, quæ à natura reguntur,
effectrix utique natura est textoriæ coriarięq; pro/
portione respondens. uitiosum aūt corpus instau/
rant agricola & medicus, qui & ipsi uestes sarcien
ti & ueteres calceos instauranti similes sunt. uestē
autem calceum'ue in conclaui reponendo custo/
dire, ne aut à quopiam surripiatur, aut à muribus
erodatur, id neq; ullius forsitan artis sed solius est
diligentiæ. ꝙ si horum conseruatricem artem esse
D quidam uelint, tales apud homines artes sunt im/
peratoria, reiq; pub. gubernatoria, & præter has,
si placet, ostiariorum, cæterorumq; custodum. ut
enim ne inter hostes, aut prorsus ne inter scelera/
tos homines ferasq; bestias uersaremur, ædes ciui/
tatesq; construximus, & muros circundedimus,
imperatores ac principes creauimus. sed non ista/
rum similem sanitatis conseruatricem artem con/
quisiuimus: sed eam, quæ (ut puto) in humanū cor
pus aliquid agens nō ex accidenti, sed per se inco/
lume ipsum ualensq; constituat. at proxime dictæ
singulę non ipsæ per se sanitatē custodiunt, sed eò
quia homini non iugulato, neq; à fera discerpto sa
nitatem seruari, quemadmodum & uitam, conti/
git: quocirca ex quodam antecedenti, nō primo

neq; ex sua ipsius ratione harum utraq; artium sa- A
nitatem conseruat. Igitur sanitatẽ præcipue ex sui
ratione conseruans quibus continebitur? ut mea
quidem fert sententia neq; illis, quæ non necessa-
rio corporibus nostris adhærẽt, neq; illis, quę nul-
lam in partem necessario corpora nostra permu-
tant: Sed illis, qbus, uelimus nolimus, corpus no-
strum utitur: & eorum illis, quæ iuuare aut office-
re ualeant: in ijs inquam & circa hæc tuendæ sani-
tatis artẽ uersari arbitramur. in gladios enim, aut
feras, aut laqueos, aut rupes non necessario corpo
ra nostra incurrũt: sed in ambiente aere duplici ra
tione uersantur, & quoniã corpori undiq; circum
fusus est, & quoniã per anhelitũ ducitur. somnus
uero atq; uigilia, quies item & motio in horũ nu-
B mero ponitur. necesse nanq; est, aut dormire, aut
uigilare, quiescere, aut motu exerceri. perinde esu
rimus & cibum capimus, sitimus ac bibimus, aut
inter hæc medij agimus. cubilium aũt discrimina
ac uestimentorum nõ omnia necessaria sunt. ebur
neis nanq; pedibus lectulus aut grabatus ignobi-
lis nihil sanitati prodest aut officit, neq; uiliũ aut
sumptuosarum uestiũ usus: nõ uitrea uasa, aut au-
rea, aut argentea, aut lignea possidere, non formo
sorum seruorũ aut deformiũ turbæ dominari, aut
seruis plane carentẽ ipsum sibijpsi ministrare. ista
mehercule prodesse nobis uel obesse ipsorum ra-
tione atq; primario, aut ex accidẽti neutiquã apta
sunt. at calidus aer aut frigidus, esca & potus, re-
quies & motio, uigiliæ somniq; suis ipsorum uiri-
C bus necessario corporibus nostris utilitatẽ aut no
xam afferũt. uestimentũ quidem lacerũ hyeme ac
leue, graue aũt æstuosumq; æstate lædit quidem,
sed non ex necessitate, ex accidẽti uero frigore &
calore diuexat. Hæc itaq; quæcunq; per se lęden-
di iuuandiq; potestatem habẽt, sanitatis custos spe
culatur. at quomodo, quáue ratione? posteaq; sa-
tis abunde corpus inanitũ est, sensilisq; nocumen
ti discrimen impendet, alimentum sumere iubens,
postq; ultra modũ exaruit, atq; hinc iam noxæ pe-
riculum instat, potũ accipere præcipiens. item &
corpus exercens, cum nostri moderatricẽ faculta
tem robustã præstare, excrementaq; angustis mea
tibus intrusa eruere uoluerit. quietem uero impe-
D rans, cum exercitatione corpus lassari, aut supra,
quàm cõueniat, digeri senserit. aluũ pręterea du-
cens, cum suppressa est: nimis aũt citatã cohibens.
aliaq; in hunc modum omnia agens. & in summa
id ante oculos habens, ut in corpore exactè sano
ac ualido nihil nouare audeat: cum uero aliquãtu-
lum moderationẽ trãsierit, cõtinuo, qđ deficit, pri
us q; latius malũ serpat, resarciat, ꝑinde ac si sub-
tegminis fila ex aliqua ueste non simul omĩa, sed
singulo die singula excidẽtia, qui huic rei præest
assidens illico reponat, adeo ut huiusmodi corre-
ctio atq; emendatio multorũ notitiã præ exiguita
te subterfugiat. talem medius fidius & beneualen
tibus præfectũ artificem esse opus est minime cu-
iusq; differentiæ ac noxæ obseruatorẽ iuxta atq;
emendatorẽ. Verũ si ex toto integrũ illęsumq; cor

A pus duraret, taleq;, quale ipsum ab initio creator
fabricatus reliquit, nequaq; correctore eguisset.
at nunc cum diffluat semper, atq; dispereat, aliquo
præsente obseruatore indiget, qui & quod dissipa
tur, quantũ qualeq; sit, cogniturus est, illicoq; tale
ac tantũ uicissim reponẽs instaurabit. insitũ humi
dum dilabitur, tantundẽ humoris, potũ exhibẽs,
irrigato. calidum digeritur, tantundẽ caloris addi
to. aridũ consumit, iam alendi instat occasio: ut se-
mel dicã, quod discutit atq; euanescit, ingeri pau-
latim atq; reponi, anteq; in multorũ notitiã ueni-
at, opus est. Igitur queadmodum si duo sint dolia
multis in locis foraminibus terebrata ambo ęque
ab initio plena, pariterq; per illa spiramina hac atq;
illac perfluentia, horũq; uni quidã semper assidens
tantum uicissim ingerat, quantũ elabit: alterũ ue- B
ro, anteq; ualde inanitum est, nemo custodiat, po-
steà quispiã repente superueniens semel totũ im-
pleat: clarissime cõstat doliorũ istorum primũ, ne-
que inaniri, neq; repleri, alterũ uero ambo hęc pa
ti à multis inspectantibus testatũ iri. ita quoq; in sa-
nis ægrotisq; corporibus res habet. utrunq; enim
uitium ars una modo uno emendat, quod deficit
scilicet instaurans, in quanto uero non in quali e-
mendationis differentia uersat. Atqui secundum
quantũ in his, quæ fiunt, differentia ad unã artem
pertinet, ꝙ si alterius artis esse debeat, prorsus qua
litate differat, oportet: ꝙ si propterea geminũ esse
correctionis modũ arbitraris, ꝙ ab uno dolio mul
tum prius effluxerit, q; artifex custos accesserit, al
C terum custodẽ semper astantẽ, quæ sua bona for-
tuna fuit, nactũ plenũ conseruatur: haud recte sen-
tis. neq; enim alia ars unũ subtegminis filũ, quod
exciderit, reponit, alia, tria aut quatuor aut quin-
genta: neq; alia ars parietis particulã ruentẽ fulcit
cõmunitq;, alia magnã eius partẽ collapsam resti-
tuit. Subtegmẽ stamini intertextũ uestẽ facit. num
igitur præter hæc uestis pati, aut pręter hæc emen
dari potest? opus planè est, siquid uestis damni fa-
cere debeat, aut stamẽ, aut subtegmẽ, aut utrunq;
pati, unamq; esse emendandi uiam, quę subtegmẽ
semper stamini implicet, quo eius ab initio cõpo-
sitionem imitetur. Sed singulares actiones multis
imponunt, uniuersale contẽplari nequeũtibus. id
D enim rationalis methodi munus est, quã neq; didi
cerunt neq; pertractarunt isti, qui quotidie de pro
positis blacterantes disputare audent. satis em̃, si-
quidem eam nouissent, ipsis foret, discipulos do-
cere, nõ infinita proposita, sed unũ discutere. nam
qui eam rite percepit, nõ amplius infinitis eget, si-
bi ipsi omnia recte diuidere ualens. at eam metho
dũ ignorãs, pręterq; ꝙ ea infinita perperámne di-
cta sint, haud dignoscit, per multorũ adhuc propo
sitorum, quæ nõ audiuit, inops est. uerũ hæc stri-
ctim obiterq; aduersus eos dicta sint, qui quotidie
in proposita discipulis audientibus edisserũt, neq;
ipsi, quid dicãt intelligẽtes, quousq; imperiti inex
ercitatiq; in hac iudicatoria methodo fuerint. nã
hoc loco quo inter se artes distinguẽdę sunt? sin-
gularibus ne actionibus an uniuersalibus? an non
ita

ita,sed propositis finibusq;:aut neq; his,sed mate- A
rijs,instrumentis, principijs, & contemplatione:
quæ minime considerantes de his nugantur,quæ
penitus ignorant.Igitur & nos forsan melius fue-
rit, postq; semel id certamen conficere polliciti su-
mus, quàm breuissime poterimus antedicta repe-
tere iterum à singularibus actionibus incipientes.
Est igitur quędam singularis actio, qua utentes o-
culorum palpebras consuimus, altera uero huius
minime assimilis, per quā suffusiones detrahimus,
aliæ quoq; tertia & quarta, neque inter se ulla ex
parte, neq; harum similes sunt, per quas cōfractū
os de capite excindimus,sed in alia corporis par-
te utpote humero atq; cubito in aduersum tenden
tes atq; confirmantes deligamus:ab omnibus ue-
ro alijs actionibus longo interuallo ea dissentit, B
quæ circa herniā fit, manuaria operatio:à qua illa,
quæ circa uarices : ab omnibusq; simul antedictis
uesicæ calculi extractio, atq; horū multa scalpello
absoluimus : at oculum sublinire, articulū in pro-
prium situm reponere, cataplasma alicui membro
superdare, fistula quam cathetera Græci uocant,
rite uti, cucurbitulā affigere, sine scalpello quidē
omnia præstantur, sed inter se longissime & à pro
xime dictis euariant: quemadmodū & uenam sol-
uere, & arteriam secare, cutē scarificare, & hydro-
picos perforare inter se & à modo positis distant.
atq; hæ quidem ac præter has aliæ infinitę manua
riæ actiones per se fiunt : medicamentis aūt uten-
tium porrò alterum genus est, & ab seipso, & ab
enarratis discrepans. siquidem ueratri potio, cibo C
rumq; esus nulla societate participant:neq; inedia
clysterijq; usus, neq; frictio & lauatio : ab his uero
longius distant ulcus eluere ac purgare, & medi-
camentum liquidum, item & aridū imponere:ge-
stari præterea, deambulare, luctari, scamoniū, aut
mulsam bibere. quorum omnium neutiq; similis
est pulsatus arteriarum calorisq; dignotio, quam-
uis extremis manibus agamus : quemadmodum
(ut reor) & humorum abscedentibus sedibus con
tentorum perceptio, aut tumorū hydropicorum,
aut gangliorum, aut atheromatum, aut meliceri-
dum, aut steatomatum(ut Gręcorum nominibus
utamur, quando Latina deficiunt) neq; enim eo-
dem digitorum iniectu, aut eadem motione & tra D
ductione & pressione, sed nonnunq; longe diffe-
rente in modo enumeratis utimur. Quamobrem
periculum est ne totū diem absumamus nihil ali-
ud q̃ actionum differentias recensentes, adeo ipsa
rum numerosa multitudo est. Verum ex his abun
de quis nouerit, quanta illi erroris nebula caligēt,
qui per singulas actiones artes esse distinguendas
arbitrentur. nullus igitur adeo fatuus, adeoq; atto
nitus est, qui à medicina modo propositas actiōes
diducat, & aliā quampiam artē singulis ipsis pręfi
ciat aut herniæ dissectoriam(ut nunc quidam no-
minant)aut calculi detractoriam, aut perforatoriā
(quam paracenteticen uocant)Etsi enim q̃ maxi
me hunc hernię dissectorem, illum perforatorem,
alium calculi detractorem nuncupent, omnes ta-

A men istos cōmuni nomine medicos appellāt, per-
inde ut eos, puto, qui à q̄busdā mēbris, quorū pr-
cipue curā gerunt, uocitant: hos nanq; ocularios,
auricularios, dentarios (ita dicere liceat) medicos
nominăt: nōnullis à materia nomina indiderūt ci-
barios, & medicamentarios, aut per Iouem, etiam
herbarios uocantes: quidam pręterea & nonnul-
los medicos uinidatores, & ueratridatores appel-
larunt, ꝙ eos crebro talibus remedijs utentes con
spexerunt. omnibus enim(ut reor) hominibus ra-
tionalis disciplinę principia naturaliter insita sunt:
cognoscuntq; hi quidem magis, illi uero minus,
quid idem sit in actionibus, quid diuersum. id nan
que, cuius causa fiunt, idem est, sanitas uidelicet a-
pud omnes cōmunis intentio. modus aūt non o-
B mnium unus, sed in numerū ingentem excrescit.
Verum enimuero si quispiā (ut facit Plato unius-
cuiusq; modū & in uniuersum propositū unū esse
in arte statuēs, deinde in species differētiasq; ipsā
diducēs, rursus illas partes singulas artē appellās)
perinde & ipse aliquā cibariā & medicamentariā
& manuariā uelit artem appellare : nihil sanè fue-
rit, quod ipsi uitio uertam. Ita etiam si modo pro-
positas singulas partiens, ut diętā in ea, quæ assu-
muntur, euacuantur, & bibuntur, & exterius inci
dunt, istorum singulis propriam quandam artem
præficiat, neq; istum accusauerim : iterum si hæc
quoq; eadē multiformiter, usq; ad particularia par
tiatur, minime ipsum impediam, quin in his, quæ
assumuntur, aliam medicamentorū artem esse di-
C cat, aliam ciborum, aliam potionū: quin etiam per
singula istorū huius illiusq; cibi, huius illiusq; po
tus, atq; huius illiusq; medicamenti propriam esse
artem dicere concessero : uerum si has inter se ar-
tes quēadmodum arithmeticā, exempli causa, ab
oratoria, aut hanc ab ædificatoria & fabrili differ-
re autumet, non amplius illud concessero, cū istæ
nullum cōmune propositū habeant, paulo supra
uero enumeratis unum cōmune propositum sani
tas scilicet. quemadmodum igitur in oratoria, quę
una est ars, aliam quidē exordij, narratiōis aliam,
argumentationū perorationumq; aliā esse artem
dixero, si mihi solum id unū unius esse artis ea si-
ue species dixeris, siue partes cōcessum fuerit: ad
D eundem arbitror modum, & in medicina res ha-
bet. aliam enim artem manuariā dixero, aliam ci-
bariam, aliā medicamentariā : unum id modo mi-
hi seruetur, harum omniū unum esse propositum.
propter quod unius esse artis particulæ coguntur:
res enim dissimillimas id iungere, atq; cōnectere,
cogereq;, ut in unā omnes artem cōspirent, mani-
festo uidetur. excindit aliquis, aut abijcit putrescen-
tem particulā, alius aūt reficit, carnēq; in cauo uul
nere procreat: cōtrariæ quidē res, totaq;(ut aiunt)
diametro distare uidebuntur, actiones enim longe dif-
ferunt, ipsarumq; effectus contrarij sunt: ille enim
eorum, quæ sunt, aliquid perdit, iste uero nouā ali
quam substantiā gignit : sed neutri id ipsum per se
proponitur, aut illi quicq; destruere, aut huic ge-
nerare: quēadmodū neq; urere aliqd, neq; secare,

neq; aliud quicq; ipsum propter se facere quispiã A
aggreditur, sed tanq; sine hoc sanitatẽ assequi non
ualens, ad quam omnes diuersis tamen itineribus
ingredientes properant, ob cõmune utiq; proposi
tum omnes medici uocati, sed propter actionis,
aut materiæ, aut membri differentiam, hic manua
rius, iste medicamentarius, ille ocularius appella-
tur: manuarius ab actione, medicamẽtarius à ma-
teria, ocularius à mẽbro: cum em̃ quę curant̃, mẽ-
bra, nõ parũ inuicẽ differãt, curatoresq; ipsi actiõi
bus, ac materijs diuersis utant̃, ideò nonnulli ab
actiõibus alij à mẽbris, à materijs alij cognominã-
tur, ocularij, manuarij, ac medicamentarij, uniuer
simq; omnes à fine medici. Supra em̃ explicatum
est omnes artes in subiectæ substantiæ bono uer-
sari, eiq; operã dare: quare in singulis artibus unũ B
quoddam primũ bonum reperit̃. cęterum q quis-
piam palpebras, exempli causa, bene suens perpe
ràm medicamenta propinet, alius medicamentis
optime utens rationẽ uictus non rite præcipiat, in
hoc alius egregie uersatus manus nõ bene exerce
at, si diuersas propterea ac penitus separatas artes
opinemur, statim sanè nõ tres modo, uerũ etiam
trecentas sic artes statuemus. iste nanq; fistula pe-
rite utitur, ille clysterio, alius uenã secare est ido-
neus, arteriã alius: deinde cum aliquis hęc omnia
insigniter administrãs inuentus fuerit, rursum o-
mnes illæ artes in unam coibunt. atqui utrunq; ui
tiosum est, aut propter artificũ inscitiã artẽ unam
in multas discerpere, aut propter eorundẽ excel- C
lentiam multas in unam coniungere. prior nanq;
sermo neq; orandi, neq; numerorũ, neq; terrę me-
tiendæ, neq; canendi, neq; aliam quãpiam illustrẽ
artem unam esse concedet, quas multi tractantes
propter earũ magnitudinẽ totas cõplecti nequiue
runt. secundus aũt artes interdũ nullius cognatio-
nis participes in unam aceruabit. nam si idem ho-
mo arithmeticus simul grammaticus atq; philoso
phus fuerit, poterit quispiã unius artis has omnes
esse particulas existimare. Itaq; ne agentiũ multi-
tudine, sed propositis consideratis artes distingua
mus, neq; in singulas actiones, sed in uniuersas in
spiciamus. cõmune enim quiddã in singulis cu-
iusq; artis actionibus inuenies, per quod q̃uis lon
go interuallo distare uideant̃, nihilominus tamen
eas unius esse artis particulas nihil impedit. uestes
igitur texere nihil aliud est, q̃ subtegmen stamini
implicare: num igitur istud aliud est q̃ suere? neu-
tiquã, uerum & in suẽdo subtegmina staminibus
intertexunt̃: nam si & ab initio statim quispiã si-
ne textorio opere aliter subtegmina staminibus
innectere uoluisset, aut eo modo, quo nunc lacera
indumenta sarciunt, aut quo cistas, aut sportulas,
aut retia fabricantur, nihilo secius uestimentũ, sed
multo longiori tempore cõfecisset: finẽ itaq; non
simpliciter coniectantes, sed celerius ad ipsum per
uenire studentes hanc per telas conficientẽ artem
excogitarunt non uniuersim, sed ex parte à supra
positis differentẽ. idẽ & in medicinali arte contin
git: innumera sanè (ut ita dixerim) singularia sunt,

sed generale quoddã opus omnibus cõmune est.
nam & corpori aliquid ut superuacuũ detrahens,
aut aliquid, quod deficiat, adijciens, unũ uterq; in
uniuersum præstat, corpori scilicet naturalem mo
dum cõparans, qui nihil aliud est, q̃ sanitas, perin
de uero & calfaciens & refrigerãs, & siccãs ac ma
defaciens. Quẽadmodũ enim si ab initio nos con
festim animal creare potuissemus, nõ alia quapiã
ratione eius primã formationẽ instituissemus, alia
uero emendationẽ adhiberemus: haud secus, po-
stea q̃ neutrum horũ nos primi efficimus, sed na-
tura est primaria animalis opifex, iterumq; ęgroto
sanitatem cõparat, nõ alia profecto ratione fœtui,
alia in præsentia in lucem edito alimentũ suppedi
tat, quinetiam similiter nunc operat̃, alit, digerit,
excernit, omniaq; (ut semel dicã) in præsentia (ut
prius) eadem ratione ministrat. Medicum aũt na-
turæ esse ministrũ, primariamq; esse naturę artem,
ac rite celebre esse dictũ illud, Natura in omnibus
auxiliatur, naturã morbos iudicare, naturas mor-
borũ esse medicatrices, à priscis sapientibus abun
de tradita quid ego iterũ superuacue repetã? quod
enim in præsentia utile est, in memoriã reuoco, nõ
unius artis esse opus facere, alterius uitiatũ corri-
gere, sed eiusdem. q si non eiusdem, at supra me-
dicinam ostendimus nõ artis uestes facientis ęmu
lam quicq;, quod prius nõ esset, procreare, sed ar-
tis laceras tritasq; uestes sarcientis assimilẽ. expli-
cauimus item conseruationẽ esse duplicẽ: alterũq;
ipsius genus, sub quo & præsens de tuenda sanita
te tractatio reponit̃, parum labefactata corrigere:
idq; multos subterfugit, tanq; sit à curatiuo diffe-
rens genus. Cæterũ idipsum alicui finem esse pu-
tare, domum extruere, aut uestem, aut uas, aut sa-
nitatem facere, hominis est nõ potentis actionem
fini præuiam ab ipso fine distinguere, quandoqui-
dem non domũ extruere ipsius ædificatoriæ finis
est, sed domus, quẽadmodum neq; uestem texere,
aut nauem coagmentare, aut grabatũ aliorum'ue
unũquodq; fabricari, sed ipsum opus, quod qui-
escentibus iam à labore artificibus, adhuc perma
neat. atq; ita effectiuæ artes ab actiuis tantũ dissen
tiunt: actiuę nanq; cum ab agendo desierint, finis
quoq; unà desijt. nihil itaq; in saltatoria præter ip-
sam actionẽ ostendere possumus, ut in fabrili gra-
D batum, in ædificatoria domũ, in medicina sanita-
tem. non igit̃ ædificatio, quemadmodum saltato-
rię saltatio, ædificatoriæ finis est, sed domus res ab
actione diuersa: itidem textorię neq; textura, neq;
texere, neq; uestis confectio, aut generatio, sed ue
stis: pari ratione neq; productio, neq; generatio,
neq; correctio sanitatis medicinæ finis est, uerum
hæc omnia actio quædã artis cõmunis est, quem-
admodum particulares erant secare, urere, articu-
los & extrema, quæ Græci cola uocant, in aduer
sum trahere, effingere, deligare, et supra has etiã,
atq; cõmuniores manu operari, medicamẽto uti,
& rationem uictus præcipere, uerum sanitas ipsa
finis est, quem iam quiescente artifice demonstra-
te ualemus, quare neq; sanitatem custodire, aut
uitiatam

uitiatam emendare, aut prorsus amissam recupera A
re finis est; sed omnia hæc actiones sunt, finis aũt
est sanitas. at cõmunem generaleq; supra omnes
hasce particulares actionem alius sanè alio appel-
lat nomine, omnes tamen unum idemq;, sed alio
modo significant, & qui sanare dicit, & qui sanita
tem facere, & qui sanitatis effectionẽ, & qui sana-
tionem: hi quoq; idem, quod ꝓxime positi, dicũt,
& medicationem morborũ dicentes, aut curatio-
nem, aut ægrorũ medelam, aut medius fidius me-
deri, aut morbos extirpare, aut sanitatem morbo
pulso inducere: item omnia, quę conueniant, face
re, dicentes, & qui morbificas causas se expellere
aiunt. nemo enim istorũ finem, sed quæ finem prę
cedit, actionẽ dicit, perinde atq; si circa corpus ars
quædam actiua saltatorię histrionicæq; similis uer B
saretur. Verum enimuero posteaq; multis rationi
bus artes nõ ex particularibus actionibus esse iu-
dicandas assertum est, sed in uniuersales ac proxi-
me ad finem esse recurrẽdum, deindeq; illarũ ipsa
rum fines distinguere esse tentandum, in sequenti
disputatione ea est difficultas excutiẽda, nunquid
de ipsarũ materijs eadem sit ratio habenda. Itaque
materia una pluribus artibus subijci, unaq; ars per
multis uti materijs uidetur: quandoquidẽ lignum
nauium artifici, & carpentario, & machinarũ stru
ctori, & ædes fabricãti, infinitisq; alijs materia est:
creta quoq; multarũ est artiũ materia, & lapides,
aliaq; uniuersa. at medicæ artis, una cum sit, infini
tæ materiæ sunt, & corpus ipsum sanitatem accipi
ens, & cibi ac potus, & medicamẽta omnia, & uo C
cata diętemata. hæc igitur medicorũ materiæ: cor-
pus aũt tanq; id ex quo finis, aut in quo. cõstat igi-
tur non ex materijs artes esse iudicandas: neq; eñ
si quispiam alias cõmunes materias, utq; aliquis
dixerit, per accidens, alias uero proprias atq; pro-
pinquas singulæ arti subijciens, quatenus corpus
nostrum naturale est, physicæ scientiæ subiectum
esse dicat, quatenus sanitatis capax, medicinæ,
quatenus euecticum, id est bono habitu prędítum
exercitatoriæ, propterea alio quopiam, q̃ fine ar-
tes distinguit. nam corpus aliquod salubre dicere
eius, qui iam finem cognoscat, officium est. Neq;
etiam si quis præceptis artes disiungat, aliunde, q̃
à fine potestate sumit initiũ: propria nanq; cuiusq;
artis præcepta finis cõstituit atq; dijudicat. igitur D
hæc artis propria sunt, quæ dignoscens aliquis ad
finem assequẽdum proficit. siquidem grãmaticæ,
musicæ, fabrilis, & aliarũ cuiusq; artium quęcunq;
præcepta aut finẽ ipsum modo, aut ipsum melius,
celerius'ue prębere ualent, hęc artis propria sunt.
Itaq; omni ex parte ad finem properare ab eoq; ar
tes iudicare præcipit ratio: propter hunc enim &
cõmunibus, & proprijs præceptis atq; principijs
differunt: nam hæc & secundum artium fines eua
riant. quandoquidem sanitas finis est: hæc uero in
calidis, frigidis, humidis, siccisq; consistit. in istis
planè & materiæ & contemplationis circa huius
cognitionẽ principiũ uersatur: sed dissimili ratiõe
medicus philosophusq; id tractat. quod ipsum à

scientiarum fine cognitum est atq; distinctum. ne-
que ab ea semper finẽ oratio inuenit omniũ, quæ
in artibus continenť, regulã atq; iudicem. nam cu
iusq; artis cõstitutio inde sumit initiũ. Quis enim
medicinam constituere properasset, nisi sanitatis
bonum optauisset? aut ædificationẽ, nisi domum
expetiuisset? aut textoriam, nisi ueste prius egu-
isset? quin & ars reliquas omnes cõstituens hinc
& ipsa accepit initiũ. alibi uero à nobis ostensum
est, quo quispiam modo proposito fine suã ipsius
artem artificiose cõperiat. eumq; qui pręsentem li-
brum exacte intelligere cupiat, in illo prius uersa-
tum esse necesse est: ita enim euidenter cognoue-
rit, sub unam eandemq; contemplationẽ utranq;
partẽ incidere, salubrẽ uidelicet, atq; curatricem.
uerum si ego, quæ in alijs uoluminibus à me latis-
sime explicata sunt, in hunc omnia librum cõfer-
re uelim, Menemachi Menodotiq; libros me pro-
lixitate superaturũ ignorarem. Cæterum artẽ cir-
ca corporis bonum uersantem prorsum unã esse
ex antedictis (ut arbitror) satis declaratũ est, atq;
ex dicendis in posterũ nihilo secius declarabitur,
non tamen quo ipsam nomine appellare oporte-
at, adhuc manifestũ est. neq; enim forsan medicati-
ua, neq; exercitatoria, sed aliud quippiã appellan-
da est, forsan aũt & in totũ ars ista, quẽadmodũ &
pleræq; aliæ, nomine caret, sed hoc paulo posteri-
us speculabimur. Itaq; unum esse humani corpo-
ris bonum, quicquid illud sit, sicut aliarũ etiam o-
mnium substantiarũ, esse uero & de ipso artem u-
nam, si quid unq; aliud, & id quoq; uerum esse cõ-
firmo, necnõ & eandem utriq; methodũ inesse. u-
na igitur circa humani corporis bonũ arte uersan
te in pręsentia omnes eius particulas speculemur:
nam sic & eius, quæ salubris uocatur, quæ sit po-
testas, prorsus dignoscemus, ut in hac etiam parte
methodo aliqua utentes sectionem faciamus, ge-
nus artis corpus nostrum tractantis contemplan-
tes. Verum non in sola ipsa cõtemplatione finem
eius situm esse, sicut arithmeticæ, astronomiæ, ac
physicæ, sed quiddã etiã & circa corpus ipsam fa-
cere, neminem præterit, ꝙ neq; uero in ipsa actiõe
desinat, quemadmodũ saltatoria, postq; agere de-
sijt, nihil ostendere ualens, & id quoq; omnibus
constare arbitror. Igitur in cõfesso est eã inter effe
ctiuas aut acquisitiuas esse collocandã, postq; ne-
que inter actiuas neq; inter cõtemplatiuas inuen
ta est: sed neq; inter acquisitiuas numerať, qualis
est ars illa, quæ retibus & hamo pisces captat, utq;
in uniuersum dicã, qualis est uenatoria: aliquid e-
nim eorum quæ sunt, istę capiunt, ac possident: ni
hil autem, quod prius non esset, ipsę faciunt. inter
reliquas igitur effectrices humani corporis ars re
ponitur. istarum uero duplex officium est: aut eñ
aliquod integrũ, quod prius non erat, efficiũt, aut
ex parte uitiatum corrigunt. at quæ nunc quæri-
tur, ars totum hominis corpus moliri nequit, sed
per partes instaurare potest, perinde ut uestiũ ars
sarctoria, neq; ad eundem, ut hæc, penitus modũ.
natura nanq; & corpus fabricatur. & ipsum imbe

cillũ cõfirmat, ut ars ueſtiaria : ipſius uero naturę A
miniſtra eſt ars, quæ in præſentia ueſtigatur. cõce
datur igitur, ut procedat oratio, nos ipſam corre/
ctiuam appellare. ſed aut multum ſubito corrigit,
aut pauxillũ : quæ eius pars multũ ſemel corrigit,
medicatiua curatiuaqꝫ nuncupetur: quæ uero pau
xillum, conſeruatiua. eius ipſius quoqꝫ, quæ mul/
tum ſemel inſtaurat, permagna eſt differentia: om/
nis em̃ quantitas in multitudinem innnumerabi/
lem ſecari poteſt. at quia de ipſis dicere non eſt no
bis in præſentia propoſitum, hæc ſanè pars dimit/
tatur, illa uero, quę pauxillum emẽdat, diuidat̃. At
hæc quoqꝫ inſignibus differentijs tripartito diſtin
gui uidet̃. aut enim exacte perfecteqꝫ ualentẽ acci
piens in hoc ipſum gradu cõſeruat, hanc aũt partẽ
euecticen, id eſt, boni habitus ſeruatricẽ uocant. B
alteram eorũ, qui iam morbũ euaſerunt, refectri/
cem, quam ſanè & nõnulli recentiorũ medicorum
analepticen, hoc eſt inſtauratricẽ appellant. inter
utranqꝫ pars ea collocat̃, quæ ab ipſis proprie ſalu
bris nominatur. cõmuni em̃ uocabulo & cõſerua
tiua ſimul & ſalubris dicitur. tres igitur hæ partes
conſeruatiuæ modo enumeratæ analeptice, ſalu/
bris, & euectice, ſunt quidem omnes ab ea medici
næ parte, quæ exigua uitia tollit, inter ſe aũt ratio/
ne maioris minoriſqꝫ diſſentiunt. magis em̃ parua
caſtigat euectice, minus uero ſalubris, hac adhuc
minus analeptice. quidã uero & quartam his parti
culam adiecerũt, quæ ab his proprie prophylacti/
ce, id eſt præſeruatoria uocata fuit, facultatẽ ei op/ C
poſitam habentẽ, quę à morbo proxime liberatos
recreat. Haſce aũt ambas ancipitis quodammodo
eſſe naturæ inter contrarias totius artis partes ne-
mo ambigit, dico aũt inter eam, quæ magna uitia,
& eam, quæ parua diſſoluit. curatiua ſanè pars ꝙ
magna uitia, euectice aũt atqꝫ ſalubris, ꝙ parua di/
ſcutiat, id quoqꝫ perſpicuũ eſt. in medio uero am/
barum interſtitio inſtauratiua nominata atqꝫ præ/
ſeruatoria poſitæ ſunt, ſi ad ſalubrem euecticenqꝫ
cõparentur, non exigua uitia emendantes, ſi ad cu
ratiuam, nõ magna. propterea & quicunqꝫ ambas
has partes neutras appellauerũt, haud male mihi
ſenſiſſe uiſi ſũt. ſed de his alia eſt habẽda oratio. In
pręſenti aũt cõtemplatiõe de cõſeruatrice artis hu
manũ corpus gubernãtis parte tria diuiſiõis mem
bra ſupponant̃, unum de corporibus ſecundũ ha/ D
bitudinem ualentibus, alterũ de his quę in habitu
ſana ſunt, tertiũ de bono habitu præditis. primũqꝫ
inſtauratiuũ appellet̃, nihil enim in pręſentia cum
illis de nomine digladiemur, ſecundũ ſalubre, ter/
tium euecticum, hoc eſt boni habitus conſeruati/
uum, duo priora in melius ducentia, in optimo ſta
tu tertiũ conſeruans. His ita poſitis ab initio agita
tę quęſtionis meminerimus, erat aũt (ut exiſtimo)
huiuſmodi, utrum ad medicatiuã, an ad gymnaſti
cam pars ſalubris uocata pertineret. nõ abſqꝫ ratio
ne igitur inter initia ſermonis noſtri diximus, om/
nem quæſtionẽ ſub definitionẽ cadere: nam quid
ſit medicina, quid gymnaſtica cũ nouerimus, non
amplius difficile fuerit inuenire, ad utrã ipſarũ ſa/

A lubris referat̃. ipſa quidẽ ſalubris quidnã ſit, iam
mihi maniſeſte explicauiſſe uideor: aut enim tota
pars cõſeruatoria, aut ex illis tribus partibus una,
quæ in medio uerſat̃ inter euecticen ſcilicet uoca/
tam atqꝫ analepticen: mihi reliquum nihil aliud ꝗ̃
de nomine controuerſia eſſe uidetur, res ipſa aũt
minime in obſcuro uerſari tantiſper, dum ſuperi/
us declarata cõcedantur, ac fixa permaneãt. atqui
cũ ipſa ſtrictim atqꝫ per capita recẽſuero, mox ad
nominum interpretationẽ me conuertã. Quemad
modũ igitur bonorũ ueſtimentorũ, ędium atqꝫ cal
ceorum, perinde & corporis unã quãdam artem
eſſe cõſtituo: cuius duas has eſſe partes, unã effici
entem, corrigentẽ alteram: ambaſqꝫ haſce naturæ
B prius ineſſe, ſed ipſarũ alteri emẽdatrici ſcilicet hu
manam artẽ opitulari, quæ & ipſa bipartito diui-
ditur, in curatricẽ partem ſeu medicatricẽ, atqꝫ in
alteram conſeruatricẽ, quæ & ſalubris uocat̃. ipſi
us uero tres partes ſunt, analeptice, euectice, ac to
ti generi cognominis ſalubris. itaqꝫ ſiue de conſer/
uatrice parte, ſiue de eius particula quiſpiã quęrat
ad utram artẽ pertineat, an ad medicatricẽ, an ad
corporis exercitatoriã, totam rem prius (ut nunc
ego feci) perſtringentẽ ita deinde ipſum explica-
re opus eſt. ꝙ una corporis ars cum ſit, licet uolen
ti eam medicinã appellare: ſin hoc non placeat, ex
ercitatoriam: ſin id quoqꝫ diſpliceat, totã artem no
mine carere dicens unam eius partẽ medicinã, al/
teram exercitatoriam appellato: ſi neqꝫ id probas,
C ſalubrẽ quandã artem curatiuæ ex diuerſo oppo/
ſitam, eiuſqꝫ partes (ſi uelis) diæteticã, gymnaſti-
cãqꝫ dicito. ſingula em̃ nomina ſi interpretabere,
ita uniuerſum, quod quęrebas, indeptus fueris. At
his auditis, quidã heus uir bone dicent, nõ quẽad
modũ tu ſtatuere uolueris, ſed ut recte habet, no/
minũ partitio faciẽda eſt. Iterũ igit̃ iſtis ita reſpon
deo, noſtrã non amplius de rebus eſſe cõtempla-
tionem, ſed nominũ explanationẽ nobis eſſe pro-
poſitã, neqꝫ id nos etiã tergiuerſarii ac de nomini/
bus nõ his ſolũ, ſed & de alijs om̃ibus illud in uni/
uerſum pronuncio, nihil eruditũ in mediũ adduci
poſſe. ſed ſiue Aſſyriorum lingue uocabulũ ſit, ab
ipſis Aſſyrijs res diſcenda eſt, cui nomẽ illud indi
derunt, ſiue ſit Perſarũ linguæ, aut Indorũ, aut A/
rabum, aut Aethiopũ, aut omnino aliorũ quorun
D dam, illos percunctari oportet: nomen em̃ ipſum
per ſe ſolum prolatũ nihil indicat. meã igitur ſen/
tentiam accepiſti. cæterũ nonnulli aſſerũt ipſis no
men aliquid ſignificare, unde huiuſce rei cauſa e/
go permulta Celtarũ, Thracum, Miſyorũ, Phry/
gumqꝫ nomina colligens iuſſi ut à ſingulis rem ſi/
gnificatam manifeſtarẽt: quibuſdã aũt in ſola Grę
corum lingua id ſe poſſe facere dicẽtibus, hoc uo/
cabulum, λιμένα (Latine portũ dicas) propoſui,
illis uero locũ, quò naues applicãt, ſignificare aſ/
firmãtibus: at Theſſali, reſpondi, quod à nobis fo/
rum dicitur, ita nominãt. ſed iſti Theſſalicã linguã
ſcire ſe negabãt: tanqꝫ illud ipſum cõfitẽtes, quod
ab initio dicebatur, nullũ nomẽ, cui rei inditũ ſit,
aliter poſſe cognoſci, niſi ab ipſis impoſitoribus
edoctus

edoctus fueris. cæterum aduersus ita dementes alia mihi oratio scripta est: res ipsas uero discere uolenti, & præcipue ac maxime huic ueluti optimo operi studenti, rerum præterea nomina mutuę locutionis causa percipere cupienti, usum mutuum interpretabor. neq; id in rerum omnium nominibus omnibus faciam: id nanq; enarratoriæ cuiusdam, aut grammaticæ peritiæ munus est: sed attica potissimum nomina, secundo & ionica me cognoscere fatebor, nonnulla etiam dorica atq; æolica: sed in hisce duabus linguis plura me ignorare, quàm scire, in attica uero plura me scire quàm ignorare concedam. quòd si tu & de nominibus loqui uelis, Homerus utiq; canit,

Vir medicus multis alijs tibi dignior esto
Dira uenena trahens, & pharmaca mitia fundens
Multa salubria miscens, & lethalia multa,
Ditior est cunctis medicus mortalibus unus:

Vtpote arte medica languida corpora medicamẽtis manuariaq; opera curante. An uero & alia tertia medicationis pars diętetica appellata (latine cibariam dixeris) Homeri temporibus extaret, ego nulla id coniectura assequi possum. Sed me uetustior, & quem magis Grecorum res nosse uerisimile est, Plato Philosophus antiquos Asclepiadas hac medicinæ parte non admodum usos esse asseuerat. Verum medicinæ tres has esse partes, artemq; male habentia corpora curantem ab uniuersa Græcia iatricem, hoc est medicinam, appellari, nemo ferè est, qui eat inficias. Gymnasticę autem artis nomen, Homeri seculo nondum repertum erat, neq; quisquam omnino gymnasta (sicut medici nomen inuenies) uocabatur. quemadmodum neq; etiam apud Platonem gymnasticæ nomẽ frequenter reperire licet: sed pædotribam magis, quàm gymnastam huiusce artis professorẽ appellat. nam paulo ante Platonis tempora gymnastarũ ars exorta est, quo etiam tempore & athletarum exercitatio emersit. priscorum enim seculis uir quidam operarius naturalia munia exequens, uere bono habitu robustus in certamen descendens non lucta modo, sed etiam cursu certauit, atq; etiam duobus his, & iaculo pręterea, & arcu, & disco, & curru alios superauit: postea uero hæc disiuncta sunt, qualemq; Homerus unum Epeum fecit ad cũcta quidem secundum naturam munia obeunda omnium ignauissimum, sed strenuum pugilem, cuius artis in solis certaminibus usus est, tales omnes euaserunt, neque arare, neque fodere, neque iter facere, neque aliud quicquam pacis, ac multo minus belli opus egregie præstare ualentes.

Horum hominum bonum habitum in superioribus uituperauimus, artemq; pariter gymnasticam ipsos instruentem: aliumq; bonum habitum laudauimus tutissimum iuxta & ad omnes naturales actiones maxime idoneum: cuius materiæ effectiuæ simul & conseruatiuæ duæ sunt, & salubris uocata uictus ratio, & exercitatio. quatuor nanq; genere cum sint omnes materiæ, à quibus corpus nostrum commutatur, manuaria functio

A medicatio, exercitium, ac uictus ratio, una est ægrotis inutilis, duæ uero secundum naturam sese habentibus. ægrotans nanq; in multis medicamina, manuum operam, uictusq; rationem postulãs, nulla ex parte exercitatiõe eget: exquisite uero sanus corpus exerceat, & certa quadam uictus ratione utatur necesse est, sed medicamenta, aut manus ministerium non requirit. Salubris igitur artis pars est gymnastice, abundeq; de utroq; pręcepit Hippocrates: quæcunq; de aeris natura, locorum, aquarum, uentorum, anniq; temporum noscenda sunt, item de cibis, potibus, atq; exercitationibus accuratissime omnia perscribens. ex istis enim uictus ratio, quam diætam Græci uocant, integratur, haud secus & de tempore, quantitate, ac B qualitate non exercitationis tantum sed etiam frictionis copiose disseruit. Plato etiam à parte totũ cognominare uisus est, non salubrem artẽ, sed exercitatoriam appellãs, cum quia exercitium bene ualentium proprium est, tanquàm nullo pacto ipso ægrotis utentibus, tum quòd id solum moderatore egere iudicauit: quandoquidem exquisita sanitate fruẽs corpus naturalibus appetitionibus utens, neq; in quali, neque usus tempore quicquam sumendis cibis erroris committet. sed de hoc alibi sermo habendus est. Quòd Plato autem aliã gymnasticam ut artis corpus regentis partem nouerit, aliam uero, quam nunc homines celebrant, ex his quispiam comprehendere poterit: tibi enim eius uerba subijciam, primáque ea, quæ in Gorgia ad C hunc modum se habent: Duæ res cum sint, duas esse artes dico, unam animæ, quam ciuilem appello, alteram corporis, quam & ipsam unam quo nomine appellem non habeo: sed una cum sit corporis curatio, duas partes nomino gymnasticam unam, medicatricem alteram. Hoc loco unam esse artem corpus curantem, quæ duas principes partes habeat, lucidissime Plato monstrauit. partesq; ipsius esse nominatas, totam uero nomine carere, in optimumq; respicere, qui & bonus habitus dicitur, ex hisce declaratur. quorum singula in eodem libro pauloãte explicauit: Corpus sanè uocas aliquid & animam? quid igitur & istorum amborũ quendam esse bonum habitum nõ putas? ego uero aliquem apparentem bonum habitum, sed nõ D uere bonum existimo: quod autem dico, tale est. plerіq; se corpore bene habere putant, quos haud facile quispiam non bene habere sentiat, nisi medicus, aut exercitatorũ aliquis fuerit. Et in sequentibus, optimum istos intueri: quod uero sit iucundissimum ab obsoniorum conditore, eóque, qui Græce commotes, latine comptor dicitur, spectari ipse late declarat. Sed gymnasticam illam, qua instituuntur athletæ, graui quidem nomine decoratam, sed flagitiosam artem, nondum eousq; extra naturæ limites progressam, quousq; eam nunc protulerunt, iam uero non optimum finem, sed absolute uirium, quibus aduersarij prosternantur, incrementum sibi proponere incipientem in tertio de republica libro uituperauit in hunc

modum differens. Et per Ioue͂ omniū ferè potissi-
mum, quandoquidē si ultra gymnasticam super-
uacua ista corporis diligētia producatur, nos oc-
cupat. nam & domui gubernandæ & militiæ &
magistratibus in ciuitate gerendis incōmoda est:
præcipuū uero ac maximum, ꝙ ad omnes disci-
plinas, cogitationes, ac meditatiōes capessendas
difficilis per se est, capitis semper aliquas distētio-
nes atq; uertigines reformidans, sapientiæq; stu-
dium eorū ortus causam asserens. quare quicūq;
istius artis exercitio tenetur, atq; in ea probatur,
undiq; impedimentū uirtuti obijcit: efficit em̄ ut
homo semper se ægrotū opinetur, neq; de corpo-
ris habitu queri unquā desinat. Adhuc inferius
euidentius gymnasticæ finē non uires aduersari-
os prosternentes, sed usum ad naturales actiōes
esse cōfirmauit ita dicens: Ipsas quidē exercitatio
nes ac labores ad irascibilē naturæ partē respici-
ens, illamq; excitans subibit potius, ꝙ uirium ra-
tionē habens, nec quemadmodū alij athletę, cor-
porū roboris causa uictū instituet, laboresq; ad-
hibebit. Vndiq; igitur Platonis sententia perspi-
cua est Hippo. mentem de huiusmodi gymnasti-
ca exquisite probantis, cuius gymnasticę finis est
athletarū bonus habitus: ipsam em̄ tanquam ad
omnia ciuilia negocia inutilē uituperat, qđ bre-
ui oratione ille cōplexus ita ꝓnunciat: affectiōe
athletica non naturali salubris habitus melior est.
ꝙ ipsorū uero maxime excellens affectio, ad quā
potissimū properant, ad sanitatem periculosa est,
quodq; id Hippocrati Platoniq; ignotū non fuit,
& alibi à nobis dictū est. Cæterum quoniā semel
de hoc non uere bono habitu, deq; uitiosa gym-
nastica sermonem institui: & hæc iterum, ꝙ pau-
cissimis potero, perstringam. Cum in quadā mo-
deratione sanitas sita sit, huiusmodi gymnastica
intemperiē excessumq; molitur, multā & solidā
carnem procreans, sanguinisq; copiam ꝙ tena-
cissimi adaugens; neq; em̄ uires tantum, sed etiā
molem pōdusq; corpori adijcere conatur, ut hac
etiam ratione aduersarius opprimi ualeat. neque
igitur amplius reperire difficile est, artem hanc
omnibus naturalibus actionibus esse inutilem,
& alioqui periculis obnoxiam. quod enim in om
nibus ueris artibus maximū studium est ad sum-
mum eius, quod appetitur, peruenire, id in ista
pessimum est: cum eam affectionem, quæ ex sen-
tentia Hippocratis pręter naturam est, tanquam
naturalem adipisci contendat. Siquidem naturæ
bona quò procedunt magis, crescunt atq; augen
tur, eò meliora euadunt: non naturalia uero tan-
to deteriora sunt, quanto maiora. unde istorum
nonnulli repente obmutuerunt, alij sensum mo-
tumq; amiserunt, ac penitus attoniti facti sunt,
mole ista pręter naturam ac multitudine insitum
calorem extinguente, liberumq; spiritui transitū
intercludentē: quicunq; aūt ex ipsis mitiora pati-
untur, effracto conceptaculo sanguinem uomūt
aut expuunt. huiusce igitur boni habitus opifi-
ces, quorum hæc mirabilia sunt uolumina, quæ à

A corruptas aures habentibus in præsentia circun-
feruntur, iam prorsus ab hoc nostro libro ablege-
mus, siquidem tu quoq; charissime Thrasybule
cognoscis, istos neq; dignos esse, ut à me responsi-
onem accipiāt. quid em̄ istis plus erit, qui heri aut
nudius tertius pręter naturam crapulari atq; dor
mire desierunt, ad tantūq; audaciæ peruenerunt,
ut de rebus illis temere impudenterq; contēdant,
de quibus neq; illi facile pronūciare audent, qui
iamdiu earum cohærentiam pugnantemq; natu-
ram assequi studuerunt: quod nam isti profundū
eruditum graueq; præceptum condiscere pote-
runt: mirandum esset medius fidius, si cum neq;
illi omnes, qui à primis pueritię tēporibus in op-
timis disciplinis uersati sunt, boni huiusce con-
B templationis iudices esse ualeant: illi, qui sese in
certaminibus ad uincendum exercuerunt, dege-
neres aūt & ibi uictoria caruerunt, repente gym-
nastæ effecti soli mentis acumine præcellant. ui-
gilia nanq; cogitatioq; non rudis, magis ꝙ som-
nus, perspicacem intellectū reddunt: idq; ab om-
nibus ferè hominibus, quoniam omnium uerissi
mum est, adagium decātatur: Crassus uēter sub-
tilem mentem non parit. forsan igitur puluis ad-
huc solus sapientiam ipsis comparauit. nam lutū,
in quo crebrius uolutati sunt, quis sapientiæ con
ditorem esse arbitretur, & sues cernens in ipso cō
uolui: at non in latrinis, inter quas quotidie uitā
traduxerunt, par est ingenij solertiā procreari. at
qui præter hęc nihil aliud ipsi agebant. omnē em̄
C ipsorū uitam in hoc circo uersari cōspexi, aut edē
tium, aut bibentiū, aut dormientiū, aut uentre ex
onerantiū, aut sese in puluere lutoq; uoluentium.
His itaq; dimissis (ueras em̄ artes & nō sceleratas
cōtemplaturi in hunc sermonē incidimus) legiti-
mæ gymnasticæ authores iam accersamus Hip-
pocratē, Dioclem, Praxagorā, Philotimū, Erasi-
stratum, atq; Herophilū, & quicunq; alij totā artē
ad corpus pertinentem didicerūt. proxime uero
Platonem loquentē audiuisti, eius nullū esse pro
prium nomen, ne igitur totius artis corpus curan
tis unū nomen quærito, neq; em̄ inuenies. Verum
si forte de ipsa sermonem habere institueris, con-
tentus sis Platonē imitatus ita disserere: una cū sit
corporis curatio, duas eius partes appello, unam
D gymnasticē, alteram curatricē, sanorū quidē gym
nasticē, ægrorum uero curatricē. Sed illud magis
cōsideratione dignū, Platonē non salubrē artem
curatrici in partitione opposuisse, quemadmodū
antedicti oēs uiri fecerūt: quorū unius (si placet)
meminero, quoniā eius uolumina passim celebrā-
tur. Inquit igitur Erasistratus in primo de tuenda
sanitate. neq; em̄ medicus inueniri potest, qui sese
ad tractanda salubria cōtulerit. deinde subiungit,
cruditates em̄ ab aliquo affectu ꝓuenientes & ipsa
rum curationes ad medicatiuorū non ad salubriū
tractatiōnē redigunt. deinde iterū progrediēs ad-
dit, si quod uero in corpore uitiū extiterit, prop-
ter quod assumpta semper corrumpūtur, neq; in
æq; malos succos, ac sunt priores, conuertuntur,
huiusmodi

huiuſmodi affectionem medici eſt, nõ tuendæ ſanitatis magiſtri diſſoluere. item paulo poſt, Pręcipere de his, aut has diſcutere medicos nõ ſalubres decet. Videtur em̃ iſte nõ artem quãdam ſolum, perinde ut alij omnes, ſed etiam eius profeſſorem ſalubrem appellare, quemadmodum, ut cenſeo, et medicatiuæ profeſſorem medicum uocat, ut artis corpus curãtis, cuius nullum propriũ apud Græcos nomen erat, in duas principes partes diſtributæ, ſicut ipſas partes medicatiuam ſalubremq́, ita & earum profeſſores medicũ ſalubremq́ appellemus. eodem modo aũt & pleriq́ alij medici nominibus uſi ſunt. Cæterum, ut uidetur, Platonis temporibus nondum Græci aut artem ipſam, aut eius profeſſorem ſalubrẽ appellare conſueuerunt. neq́ em̃ Hippocratis liber ſalubris, ſalubris inſcribit, ſed alius de ratione uictus, alius de aquis aere & locis inſcribitur: forſitan aũt (ut proxime retuli) neque ſanis opus eſſe ratione uictus Plato opinabat, ſed ipſis gymnaſticam ſolam ſufficere: neq́ em̃ inſtauratiuam partem, aut præſeruatiuam ad gymnaſticam fortaſſe pertinere exiſtimat: medias em̃ ipſas (ut dixi) collocatas utri uolueris adijcere potes: ꝙ ſi ipſas medicatiuæ adiungas, exigua erit ſalubris portio de aere, aqua, locis, exercitatiõibus, cibisq́ tantũ conſiderans: atqui neq́ de cibis omnibus, ſed de illis tantum, qui ad ſecunda fruentes ualetudine pertinent: Quinetiam fortaſſe cum aeris regionum aquarumq́ notitiã medicus præoccupauerit, utpote curatiua parte ante conſtituta, nihil amplius de ipſis non ſolum medicis, ſed etiã ſalubribus inſtituendis præter artem exercitationum rationem tradentẽ diſcendum ſupereſt. Quã obrem neq́ abſurdum fuerit & à parte nomen habente totum appellari. uerum hæc de nomine eſt, non de re, diſputatio. At ſi quiſpiam (quod & ſupra poſui) id ipſum perſpiciens nõ de re, ſed de uocabulo inſtitutum eſſe ſermonem, me & de hoc aliquid dicere præcipiat, melius eos feciſſe dixero, qui duas totius artis principes partes ſalubrẽ curatiuamq́ appellarunt: quandoquidem in diuidendi methodis didicimus eiuſdẽ generis res per oppoſita membra partiri. exempli nanq́ gratia de animalibus dicẽs alia eſſe aerea, alia aquatilia, ſi addat, alia rationalia, perabſurdum euidenter faciet: nam prior partitio ignea terreſtriaq́ adijci poſtulabat: hæc enim proportione aerijs, aquatilibusq́ reſpõdent: ſecunda uero in diuidendo rationalibus irrationalia opponi requirit, ac eadem ratiõe mortali quidem immortale, fero domeſticum, pedeſtri uolucre natatileq́ opponitur: extremæ nanq́ dementiæ eſt animalium aliqua immortalia eſſe dicere, aliqua pedeſtria, aliqua bipeda: ad eundem ſanè modum in arte corporis præſide ſiquis eam partiens inuenire partes quærat, ægros curantem medicatiuam, ſanis cõſulentem ſalubrem appellabit: quin immo etiam melius, ut & nos antea dicebamus, ars corporis curam habens emẽdatrix cum ſit, qua parte magna uitia corrigit, medicatiua ceu medicatrix nominabitur, qua uero exiguas noxas

A tollit, ideoq́ præ exiguitate, num etiam corrigat, ſenſum ſubterfugiens, conſeruatrix dicetur: quinetiam aptius à materijs has partes morbidam, ſiue ægritudinalem (ut ita dicam) unam, ſalubrem alteram appellaueris. ꝙ ſi rurſus uelis ſalubrẽ ceu cõſeruatiuam partiri (utroq́ enim modo licere appellare dictum eſt) à ſubiecta ipſam materia in tria diduces, ut ſupra retulimus: in refectricem uocatam, & in ſalubrem ſecundum habitum, & in boni habitus effectricem: nam ſingulis dictis partibus propria materia ſubijcitur, uni ſecundum habitudinẽ ualens corpus, alteri ſecundum habitum, tertię bono habitu præditum. accidit enim ipſa corpora eodem cum partibus artis nomine appellari. quòd ſi ſecundum auxiliorum materias artem hanc ſaluta-

B rem, conſeruatricemq́ diſtribues, in quatuor partes ſecabitur, una ſiquidem in aſſumptis, altera in his, quæ fiunt, tertia in his, quæ euacuantur, quarta in forinſecus occurſantibus uerſatur. per hæc enim ſanitas cuſtoditur. pars igitur ſalubris artis in his, quæ aſſumuntur, uerſans ciborum potionũq́ ad ſanitatis cuſtodiam pertinentium ſcientia eſt: quæ uero in his, quæ euacuantur, ſudores, deiectiones, urinas, in uniuerſumq́ omnia, quæ corpus noſtrum excernere debet, conſiderat: quæ exterius incidẽtium eſt, aerem, aquam, ſalſuginẽ, mare, oleum, aliaq́ huiuſmodi omnia ſpeculatur. at quarta pars artis, quæ ſupereſt, in his, quæ aguntur, poſita, exercitationibus, appellatisq́ Gręce epitideumatis, hoc eſt, ſtudijs, continet: inſomnietas nanq́,

C & uigilia, ſomnus, uenus, ira, curæ, lauatio ex hoc genere ſunt. atq́ ſingulorũ enumeratorũ ſalubriũ quãtitas, qualitas, occaſio dignoſcenda eſt. Quãtula igitur ſalubris artis pars eſt de exercitationib. ſcientia? rectius em̃ puto gymnaſtica ars appellabitur, quæ omniũ exercitationũ facultatis cognitio eſt. nam quæ ad palęſtram ſolũ pertinet, cognoſcere, per quàm exiguũ eſt, omnibusq́ mortalibus minime utile. quandoquidẽ nauigare, fodere, metere, iaculari, currere, ſaltare, equitare, uenari, armis certare, ligna findere, baiulare, & agrum colere, omniaq́ alia ſecundũ naturam facere, ꝗ̃ lucta exerceri, melius eſt. unde tibi iam intueri licet, nõ modo ſalubris artis quota ſit portio gymnaſtica, ſed etiã gymnaſticæ minimã eſſe particulã luctan-

D di ſtudium, huicq́ cognatum athletarum exercitium, & affectionis cuiuſdam non naturalis effectiuum, uitioſamq́ artem ſibi præpoſitam habens optimum quidem boni habitus finem præ ſe ferentem, ſed omnia alia potius, quàm bonum finem producentem. At huius improbæ artis iſti miſere luctati repente ſcientiſſimi euaſerunt. ueræ autem legitimæqúe gymnaſticæ Hippocrates & nuper cum ipſo enumeratus illuſtrium uirorum cœtus magiſter eſt. Quemadmodum uero ad curatiuam partem pertinentia non rite omnia tradita ſunt: perinde & de exercitationibus non uera omnia præcepta tradidere: uerum in præſentia per peràm de ipſis locutos caſtigare propoſitum non eſt, ſed gymnaſticæ nomen declarare: quòd ſcilicet hæc

cet hæc facultatum in exercitationibus positarum A quemadmodum & medicamentaria facultatum in medicamentis repertarũ, scientia quędã est. ambæ enim hæ partes à materijs denominationem sortitæ sunt: sicut & aliæ, quas paulo ante recẽsui. Atq; hinc eos male sentire cõstat, qui in diuidẽda tota arte gymnasticã medicatiuę opponũt: illa nãque à materia, hæc à generali cõmuniq; actiõe appellationem habet. singulæ ẽm primę actiones hæ sũt, ueratro aut scamonio exempli causa purgare, uenã soluere, os excidere, inediã indicere, cibũ exhibere, post has alię cõmuniores, ac iam uniuersales, medicari, manus opera uti, rõnem uictus instituere, omnibusq; istis cõmune mederi. quẽadmodum, ut puto, iterũ actionibus circa sana corpora accõmodatis omnibus cõmunis est cõseruatio: ac B quisquis per diuisionẽ medicatiuo conseruatiuũ opponit, cognatorũ oppositionẽ facit: utrunq; ẽm ab actione nominatũ est: quemadmodũ rursum à subiecta materia ægritudinale atq; salubre: ab auxiliorũ aũt materia medicamentariũ ac gymnasticum, hoc est, exercitatoriũ. illud ẽm ægritudinalis & medicatiui pars est, hoc salubris & cõseruatiui. Cæterũ hoc loco diligenter mentis acies excitãda est, ne gymnasticũ palestræq; præfectũ eundẽ nos efficere, totiusq; gymnasticę particulã quandã luctatoriam (ut ita dicam) cõstituere nos prætereat: quandoquidẽ & qui luctas oẽs & frictionũ singillatim oẽs actiões rite obire ualeat, iste panifici, coquo, ædificatori proportione respõdet, facere quidẽ panes, obsonia, ędes scientibus, minime tamen C quid in ipsis optimũ sit, quid nõ optimũ intelligẽtibus, quãue facultatẽ ipsorũ unũquodq; ad sanitatẽ habeat, nõ dignoscẽtib. Itaq; ars, quę corpus humanũ curat, ut crebro ante repetitũ fuit, una est, aliæ uero huic materias cõparant: neq;.n. alutarij cerdones, qbus calceatis, qbus sine calceis ambulare melius sit, nouerũt, sed neq; qbus calceari quidẽ melius est, quo tamen calceorũ genere uti debeat, cõpertũ habent. id aũt Hippo. haud ignotũ est: cuidã ẽm arbylis lutũ calcantibus calceari precepit, non tamen ipse arbylas cõficeret. quemadmodũ neq; imperator galeam, loricã, hastam, clypeũ, gladiũ, aut ocreas conderet. preterea neq; ędificator de excelsa aut parua domo quicq; nouit, aut de cõuersa ad occidentẽ, aut orientẽ, ad austrũ, aut ad aquilonẽ, D neq; de frigida, aut calida, aut tenebricosa, aut illustri, aut de humili eius parte, siue superiore, aut de humida, uel sicca: quã utilitatẽ ista singula, quã ue noxã afferant. perinde ut panifex cuinã purissimus panis, cui furfuraceus, cui multus aut paucus quóue tẽpore sit dãdus, ignorat, ipsos uero panes egregie cõficit. eadẽ rõne & coquus lentẽ, hordeũ, alicã, seu chõdrũ gręce, betã, aut aliorũ aliqd nullius ipsorũ uires cognoscens, esui tamen apta reddere peritus est. id genus artes materias oẽs arti corporis curatrici subministrant, quemadmodũ & istis aliæ, panifici quidẽ frumentũ agricola, furnum figulus, arborũ succisor ligna, carpentarius mensam, carpentario aũt ipsi rursum alius asciam, amussim alius, item alius ligna. at alutario cerdoni itidem cultrũ fabrilis ars, coria pelliũ cõcinnatrix, pedis effigiem, calopoda Græci uocant, carpentaria. ædium quoq; structori sculptores, lapicidæ, later figuli, & carpentarij, illi quidem lapides, isti lateres, hi uero ligna idonea præparant. oẽs igitur id genus artes mutua ope indigent, & perfectioribus materias, ex quibus finem suũ assequunt, suppeditant: & instrumẽta optima, per quę illas adornant, efficiunt. Omnibus his aũt ceu quædam architectonica ars corporis curatiua presidet: siquidem ædificatoriæ, ut tales quasdã ædes extruat, præcipit, calceariæ calceum, panifici panem, culinariæ obsonium, alijsq; singulis, ut quæq; apta est, quid actura sit, imperat. Sed huiusce artis corpus curantis, salubris appellata pars est, cuius quadripartito diuisæ partis unius gymnastica particula est. ea igitur tot artium ueluti quędam princeps habetur, equestri sane quando equitare oporteat, uenatoriæ similiter, & uniuersim cuilibet alij animalia captãti, cum ipsarum usus postulat modum occasionẽ, qualitatẽq; demonstrans: haud absimili ratione & fodientibus, & metentibus, & ligna cędẽtibus, & nauigantibus, & saltantibus, & quodcũq; aliud agentibus presidens ipsa dominatur atq; imperat. Vna quędam inter id genus artes & illa est, quæ in luctationibus uersatur. appellemus aũt eã, si lubet, græco uocabulo pędotribicam: hæc enim eorũ nihil intelligens, quę ad utilitatẽ noxãq; corporis faciunt, decentes, uarias, sternendi uim habẽtes, facilesq; ac minimo labore apprehensiones simul, ac motiones, haud minus, q̃ saltatoria, cõperijt. uerum hæc corporis curationẽ non usurpat: at ista pędotribica, nescio quomodo, præ nimia sensus hebetudine ueluti seruus attonitus in optimũ herum gymnasticam scilicet insurgit. Quẽadmodum siquis armatus miles, aut eques, aut sagittarius, aut funditor, aut iaculator imperatori aciẽ struenti, armanti, & in præliũ educẽti, rursumq; recepitui canenti pertinax aduersetur: insaniret enim & iste, si imperatorem ad priuatas actiones prouocans atq; lacessens, in ijsq; prestantior inuentus, aut cõmunicari sibi imperium dignũ putaret, aut suã ipsius artem imperatoriæ partem existimaret: nihilo secius arbitror & pædotriba insaniat, aut gymnasticam scire se, aut eius partẽ possidere persuasus, cum seruus tantum subiectusq; sit. ut ẽm miles artis imperatorię, sic pędotriba gymnasticę minister est. ipse nãq; quatenus exercet, exercitatorię, quatenus uero luctandi artẽ exercet, alterius cuiusdã professionis minister est, quam ego prostratoriam recenti uocabulo appello. non solum autem eos ita appellant, qui athletas exercẽt, sed etiam gymnastas: nihilominus secundum rei ueritatem aliud est ars pędotribica, quemadmodum sagittaria: prostratoria uero, qualis est imperatoria: at gymnastica, qualis est medicina: duabusque artibus præpositis hæ singulæ deseruiunt. ita enim & alutaria, ut militi optimum calceum paret, ab arte imperatoria docetur; ut ad sanitatem uero idoneum

struat,

struat, ab arte corporis gubernatrice admonetur. A nec non & culinaria salutare obsoniũ medico salubriq; cõcinnat: gustatui uero iucundũ ac uoluptarium, non amplius id arti cuipiam, sed adulationi potius cuidam finẽ sibi non sanitatem, sed uoluptatem proponenti. igitur & luctatoria id, quod ad sanitatẽ bonum est, salubribus & gymnastis uocatis adipiscitur: quod aũt ad affectionem athleticam pertinet, illi uitiosæ arti sæpius à me repetitæ, seipsam quidem gymnasticam appellanti, rectius aũt prostratoriȩ nũcupatȩ, nanciscitur. Lacones utiq; & ipsam cabbalicen, id est uim sternendi habentẽ, nominant: eumq; magis cabbalicum, non qui robustior, sed qui magis in hac arte uersatus fuerit, nominant. Verum eñ uero omnis bene institutā resp. hoc genus artis odit, ac detestatur, quæ B omne uitȩ robur uimq; prosternat haud in bonam affectionem corpora traducens. Ego itaq; plerũq; multis athletis, qui præstantissimi esse uidebãtur, quiq; multas in certaminibus coronas meriti sũt, me ipsum ualentiorem esse expertus sum: quãdoquidem in omnibus itineribus faciendis, in militaribus actionibus, magis præterea in ciuilibus, atq; rusticis negocijs inutiles prorsus reperiebantur. siquando uero & amico ægrotanti assistere usu ueniret, in consulendo, prouidendo, auxiliando omnium erant ignauissimi: atq; hac ratione à suibus quidem minime ingenio differunt. nihilominus tamen inter hos infelicissimi nullaq; unquam uictoria insignes repente se ipsos gymnastas nominant. deinde (ut arbitror) incõcinna barbaraq; uo C ce non minus, quàm sues uociferantur. nonnulli aũt ipsorum & de frictiõe, aut de bono habitu, aut de sanitate, aut de exercitationibus, uolumina scribere aggrediuntur: deinde illis detrahere contradicereq; audent, quæ nullo unquam tempore dicerunt, ut quidam proxime in Hippocratem inuectus tanquam non recte de frictione tractantẽ. uerum nõnulli qui aderant, medici & philosophi ad me uenientes, ut totam ipsis huiusce rei rationem explicarem, à me petiuerunt: quod cum fecissem, omnium primus Hippocrates hunc locũ optime tractasse uisus est. tunc gymnasta ille sponte nullo docente eruditus in medium repente prodiens, puerumq; exuens nos eum iussit fricare atq; exercere, aut de frictione exercitationibusq; tace D re. deinde clamans dixit: quando eñ unq; Hippocrates in arenam, quando in palæstram descendit, qui neque forsan rite oleum infundere sciebat? ad hunc sanè modũ iste uociferabatur, et alioqui neq; tacens audire, nec quæ dicebantur, intelligere poterat. at nos præsentibus quiete modesteq; disserebamus improbum illum hominẽ perinde facere, ut coquus ac panifex de ptisana ac pane disputare audentes, deinde clamitantes, quando Hippocrates in culina aut pistrino uersatus est? paret igitur mihi placentam, aut panem, aut iusculum cõdiat, aut aliquod ferculum sartagine coquat, atq; ita de inde de ipsis sermonem faciat. Cæterum fortasse dixeris, cur Hippocratem omnemq; ab ipso manantem sectam medicos nominamus, si non uniuersæ arti corporis gubernatrici, sed soli eius parti, quæ laborantibus opitulatur, id nomen indidimus? uidetur eñ medicus totam artem cõplecti: ut neq; eam partem, quæ de exercitationibus est, negligat. Hanc huiusce rei fuisse causam suspicor, quoniam cum prima totius artis pars curatiua, q & maxime urgeret, constituta sit: deinde per multum ocium cõseruatiua salubrisq; uocata ei adiecta fuerit, totam artem à præcipua magis parte denominari cõtigit, quemadmodũ & in alijs plerisq; fieri assolet. quandoquidẽ & geometras appellamus non circa planas solum figuras, uerumetiam circa solida uersantes, nullusq; his temporibus inuenitur, qui ut geometra, sic & stereometra nominetur: sed nomen defecit. ut etiam salubrium non corporum, non ciborum dico salubrium, sed uirorum ista sciẽtium ab Erasistrato medicis ex aduerso distinctorum. pariter et trierarchas ueteres Grȩci triremium principes nuncupabant: nunc uero omnes utcunq; naualis exercitus duces, etsi triremes nõ sint, eo nomine appellãt. huiusce rei quoddam simile circa medicinam atq; medicos euenit: à prima enim constituta parte ut & ipsa tota corporis gubernatrix ars medicina, ipse artis professor, medicus nominaretur, tẽpore procedente effectum est. quam ob rem neq; ab re nunc quispiã interrogatus cuiusnam artis pars sit illa facultas, quȩ tuendæ sanitatis notitiam tradit, medicinæ respõdere poterit: latius nanq; fuso & amplificato uocabulo neq; adhuc partem, sed integrã humani corporis artem significante, Hippocrates, & omnes, qui hac tempestate florent, iure medici nomẽ inuenerunt, artisq; ipsius duas maximas partes cognouerunt, curatricem scilicet atq; salubrem: itẽq; salubris ipsius partem esse gymnasticam sciunt, quemadmodum à nobis supra dissertum est. Itaq; sicut Hippocrates, Diocles, Praxagoras, Philotimus, atq; Herophilus totam corporis præsidem artem, ut ipsorum testantur uolumina, callebant: ita sanè Theon, atq; Trypho uitiosam illam athletarum artem tractantes, quemadmodum item & ipsorum libri declarant, præparationem quoddã exercitium nominant: rursum aliud partitionem, aliud uero perfectum, item aliud apotherapiam: quæruntq; num secundum talem circuitum exercere athletam oporteat: an nõ oporteat, ambigũt: Quomodo ergo salubrem facultatem huius istorum artis partem esse intelligam? quando eñ hæc neq; ueræ gymnasticæ pars, sed contra salubris facultatis illa pars sit, quid opus est de flagitiosa istorum arte dubitare? quȩ cum neq; artis corpus curantis ullo modo pars esse possit, cuidam prȩterea exercitationi præsidet, quæ non solum à Platone atq; Hippocrate, uerumetiam ab alijs omnibus medicis atq; philosophis contemnitur.

FINIS SECVNDI TOMI.



BASILEAE PER HIER. FROBENIVM
ET NIC. EPISCOPIVM.
ANNO M. D. XLII.

